ひろば卒業のみなさんおめでとうございます。春から小学校生活楽しみですね

あざぶぽかぽか

麻布子ども中高生プラザ
子育てひろば月刊通信
2019年 March
3月号

3月のプログラム

月	火	水	木	金	土	日
				1 離乳食 Q&A	2	3
4 Motion'n Music	5 愛情たっぷり「ロゼット」作り（受付終了）	6	7 P	8 ナースうめちゃんの子育て応援 Time	9	10 S
11	12 リサイクルのわ	13 リサイクルのわ	14 P	15 赤ちゃんのお口や姿勢の話	16	17 AZA-FES'19
18	19 おしゃべりカフェ（0歳）	20	21 休館日（春分の日）	22	23	24 S
25	26 おしゃべりカフェ（1・2歳）	27	28 P	29	30	31 K

サークル活動

Ⓢ **SARU BOYZ** 10:30～11:30 アリーナ
子ども達をメンバーで見合いながらポーツを楽しみます！！

Ⓟ **英語で Picnic** 15:00～15:30 ひろば又はスタジオ
英語で歌や手遊び、絵本を楽しみます。ママ達のアイディアで子ども達を楽しませてあげましょう。

Ⓚ **Koala bear** 10:30～11:10 休憩スペース
英語で絵本の読み聞かせと、大きな紙に描く、お絵描きタイムがあります。

申し込み不要で誰でも参加できます。お気軽に遊びに来てください

PokaPokaTime 11:00~11:15
ふれあい遊びやおはなしを楽しみます。

Story Time 15:00～15:15
ボランティアさんによる絵本読み聞かせ。

子育て相談・身体計測
10:30～11:30 ※11:20受付終了
保健師さんと一緒に身体計測をします。お気軽にお越しください。

Baby ちゃん Time 11:00～11:20
6カ月未満の乳児と保護者対象
ふれあい遊びやおしゃべりをして楽しむ時間です。

誕生会 11:00～11:20
3月生まれのお友達を皆でお祝いします。

屋上であそぼう 14:00～15:00
幼児さん向けの乗り物等で遊べるよ（対象：幼児）
運動靴で参加してね！（雨天・荒天中止）

～はぐくみ～
3月8日（金）11:00～12:00
ナースうめちゃんの子育て応援 time ～健康ワンポイントアドバイス～
今月のワンポイントアドバイスは「卒乳・断乳」 についてです。
子どもの発育、病気、けが、感染症など・・・うめちゃんに何でも聞いてみよう！個別での相談も受け付けます。お気軽にご参加ください。

～はぐくみ～
3月15日（金）11:00～12:00（プレママも大歓迎）
赤ちゃんのお口や姿勢の話
「こどもと女性の歯科クリニック」岡井院長先生による講話。赤ちゃんの姿勢がどのように成長に影響するか…口呼吸している、鼻が詰まりやすい、いつも機嫌が悪いなど心当たりがある方はぜひ1度参加してみてください。

ASOBOO Time
たまごクラス 10:30～11:10
ひよこクラス 11:30～12:10
月齢別で体操やふれあい遊び、身近なものを使った遊びの紹介、お話しの時間など6回連続のプログラムとなります。（事前予約制）
満員御礼

～ Motion'n Music ～

日　程：3月4日（月）
時　間：10:30～11:10
場　所：アリーナ
講　師：櫻井直子先生
定　員：30組
対　象：1人歩きがしっかりできる幼児
　　3歳11ヶ月とその保護者
申　込：2月20日（水）より子育てひろばにて受付中
　　10:00～18:00 電話受付不可

バレエの要素を取り入れた表現遊び・リズム遊びを行います。
音やリズムを体で感じながら楽しく動きましょう♪

～おしゃべりカフェ～

日　程：3月19日（火）（0歳児と母親）
　　26日（火）（1・2歳児と母親）
時　間：10:00～11:45
場　所：ゆうぎしつ
対　象：0～2歳児の乳幼児とその母親
申　込：予約不要
　　※受付時間 10:00～10:10
　　（遅れての入室は出来ない場合があります）

「子育ての悩みを話そう！ママ友作りたい方も歓迎♪」同じ年齢の子供を持つママが集まって楽しくおしゃべりします。ママ友が欲しい方、おしゃべりしてリフレッシュしたい方どんどん参加してください！

～リサイクルのわ～

日　時：3月12日（火）・13日（水）　10:30～14:00
場　所：子育てひろば
対　象：子育てひろば利用者（プレママ大歓迎）

＊お子様のサイズがあれば、お好きなものをお持ち帰りください。
（お一人様3点まで）
＊お持ち帰りの際に登録カードの提示をお願いしています。
登録をお済ませの上、ご参加ください。

お子さんの小さくなった衣服や小物を回収しています。
回収日時：随時子育てひろばにて受付　10:00～18:00
回収場所：子育てひろば
＊回収品について…衣類のみ。新品、美品に限ります。汚れや破れのあるものは回収できません。下着、靴下、タオルやハンカチ類などは新品のみとなります。記名のあるものは消してからお持ちください。

麻布子ども中高生プラザ
http://azabu-plaza.jp
〒106-0047　港区南麻布4-6-7　TEL：03-5447-0611（おかけ間違いにご注意ください）
開館時間　9：30～20：00（子育てひろばは10：00～18：00です）
休館日　国民の祝日・12月31日～1月3日

２月は東京も雪が降り、寒い日も続きましたが、暦の上ではもう春。これからポカポカした気持ちの良い日もやってくるでしょう。３月は節目となる月でもあり、仕事復帰を控えているママ、保育園や幼稚園の入園を控えているお友だちはちょっとドキドキ、そしてワクワクしているのではないでしょうか？新しい場所で、たくさんの出会いがあることを願っています。もちろん、この子育てひろばもみなさんにとって出会いの場となるでしょう。ぜひ、遊びにいらしてください。そして、３月と言えば「ひなまつり」。お供えするものの１つ菱餅の３色にはそれぞれ意味があるそうです。赤…魔除け、白…清浄、緑…健康。長寿。また、赤は桃の花、白は雪、緑は大地を表していて、雪に覆われた緑の大地から桃の花が咲く、そんなイメージがあるようです。子どもの成長を願い、家族やお友達同士でお祝いできたらいいですね！

おしらせ

AZA-FES`19　1歩2歩3歩　あるいて　ステージへGO！

出場者エントリー受付中！

３月 17 日（日）13:00 ～

年に１回のプラザの文化祭「AZA　FES」が今年もやってきた。” AZA-FES’ 19” ではみんなの魅力を一挙公開！　エントリーグループは幼児親子、小学生グループ、中高生バンドやダンス、いきいきプラザのグループなどなど。今年はどんなパフォーマンスがみられるか？！
皆で来場して盛り上げよう！もちろん、出場するのも大歓迎！

プログラムレポート

PAPA の ASOBOO Time

１月 26 日　実施

パパプログラムとして行ったＰＡＰＡのＡＳＯＢＯＯ　Ｔｉｍｅ。当日、体調不良やお仕事で参加できなかった方もいましたが 18 組もの申し込みがありました。ほとんどのパパが初めはドキドキしながらの参加でしたが、ゲームをしながら自己紹介するうちに少しずつ打ちとけ？？お子さんの名前と月齢と・・・・ママの好きなところを言ってくださいね！！という質問にもきちんと答えてくれ、温かい家庭の様子もちらっとのぞけたひとときでした。みんなでパラバルーンをする頃には、笑顔で子どもと楽しむ姿が見られました。初めて触れるパラバルーンでしたが､｢山登り」や「テント」などもきれいに出来て､チームワークもばっちりでした。最後の「パネルシアター」での｢おもちゃのちゃちゃちゃ」もパパの聞く姿勢につられ、子ども達もいつも以上に真剣なまなざしで、じっと見つめてくれていました。「また参加したい」｢次回は参加したい」という声も寄せられています。第２弾、更に楽しい企画を待っていてください！！

ボランティア活動

ひろばではたくさんのボランティアさんが様々な形で活動してくださっています。「Ｓｔｏｒｙ　Ｔｉｍｅ」では絵本の読み聞かせをしてくれます。ピアノやウクレレを使ったり、パネルシアターを見せてくれたり、英語の本も読んでくれたり子ども達が楽しめる工夫がいっぱいです。また、布のおもちゃを作ってくれている方もいます。ひろばにある布で出来たおもちゃはもちろん、お誕生会の冠も素敵です。ひろばの人気者の大きなカメさんも擦り傷が絶えないので、只今入院中。元気になって帰ってきたらまた遊んであげてくださいね！それから、ひろばのプログラムをお手伝いしてくれるボランティさんもいます。身体計測のお手伝いや子ども達がたくさん集まるときの補助などではいつも、温かい目で子ども達を見守ってくれています。今日は○○さんいないんですか？と仲良くなって会えるのを楽しみにしてくれている親子さんもいるようです。見かけた時はぜひ、声をかけてお話ししてみてください。

ある日のひろばから

ひろばの窓から見える、建設中の建物がだんだんと高くなり、近頃はグレーのシートで覆われています。正面の窓なので、入室するときに「景色が変わってきましたね」と声をかけられることも増えました。窓から見えていた空の大きさが変わってしまうことに少しさみしさを感じますが、その一方で完成したら「どんな風になるかしら？」と楽しみでもあります。思いもよらない発見や出会いがあるかもしれません。春は変化の季節。新しい環境や人間関係に、ドキドキ…ソワソワすることもあると思いますが、その中にある楽しい！を一緒に見つけていきましょう。

〈今月のおすすめ〉　「きな粉」

お正月も終わり、お餅に使ったきな粉、お家に余っていませんか？どうやって使い切ろうと考えているなら、離乳食のアレンジにおすすめです！おかゆやヨーグルトにほんの１さじ加えてみたり、つぶしたバナナに混ぜたり、ポテトサラダに加えるのもおすすめです。大人も子供もいつもと違う味を楽しんでみてはいかがでしょう？

タンパク質が豊富なきな粉は、ビタミンや食物繊維も含まれ健康にも美容にもいいのですが・・・大豆製品のためお子様に使うときは離乳食中期頃をおすすめします。豆腐や納豆に慣れてきたら、試してみてください。ちょっとしたアレンジに優れものの１つになるはずです。