

# あざぶぽかぽか

AZABU Kids-to-Teens Hall  
麻布子ども中高生プラザ  
子育てひろば月刊通信  
2020年 FEBRUARY 2月号

月	火	水	木	金	土	日
2月のプログラム こちらのQRコードからプラザのホームページもご覧いただけます。					1	2
3	4	5	6 (P)	7	8 (S)	9
10	11 (休館日 建国記念の日)	12	13 (P)	14 ナースうめちゃんの 子育て応援 Time	15	16 PAPA プログラム
17	18	19	20 (P)	21 赤ちゃんの お口と姿勢の話	22 (S)	23 休館日 (天皇誕生日)
24 休館日 (振替休日)	25	26	27 (P)	28 親子ヨガ	29	

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  
ふれあい遊びの紹介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。  
手型・足型もとっています。

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

 誕生日会 11:00~11:20  
2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  
大きな乗り物で遊べるよ(対象:幼児 雨天・荒天中止)

 おしゃべりカフェ 10:30~11:45  
18日0歳児・25日1・2歳児(受付10:15~10:30)  
同じ年齢の子どもをもつママ同士楽しくおしゃべり  
しましょう。

 保育園であそぼう  
4日 10:00~11:00 子育て相談  
11:00~11:20 お楽しみ♪

2月のサークル活動  
(P) 英語で Picnic 15:45~16:15 英語で歌や手遊び、絵本を楽しみます。ママ達のアイデア  
スタジオで子ども達を楽しませてあげましょう。  
(S) SARU BOYZ 10:30~11:45 子ども達をメンバーで見合いながらスポーツを楽しみます!!  
アリーナ 体を動かすのが大好きなパパ・ママ大歓迎!!

## ～はぐくみ～

ママに知ってほしい  
「赤ちゃんのお口や姿勢の話」  
21日(金) 11:00~12:00  
(プレママも大歓迎)

「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当た  
りがある方はぜひ参加してみてください。



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～  
14日(金) 11:00~12:00  
今月のワンポイントアドバイスは  
「ケガの対応」についてです。

子どもの発熱、咳…こんなと  
きはどうする?他にも発育  
や怪我など、うめちゃんに何  
でも聞いてみましょう!!

## ～離乳食 1・2・3～

日時: 3月4日(水) 10:30~11:30  
講師: 太田百合子先生(管理栄養士・子育て番組への出演や育児雑誌「初めての離乳食」  
「離乳食のきほん事典」等の監修も行う)  
対象: 5か月~18か月の乳幼児の保護者(20組)  
受付: 2月19日(水)より受付開始



これから離乳食を始める方、思い通りにいかないと悩んでいる方、  
ぜひ話を聞いて、先生に相談してみましよう!

## ★プログラム募集★ 子育てひろばにて受付(10:00~18:00 ※電話受付不可)

### PAPA プログラム 「PAPAの手料理めしあがれ♡」

日時: 2月16日(日) 10:30~12:30  
対象: 0歳~3歳11か月の乳幼児とその父母(15組)  
受付: 2月1日(土)より受付開始  
参加費: 1家族(3名) 250円  
持ち物: エプロン(パパ用)



今回はパパの手料理を、愛するママと我が子に食べてもらおう!料理なんて…と頭を抱える  
パパも大丈夫です。作る物はとっても簡単♪子ども達の大好きな「あんぱんマン」をプ  
レートにします。パパが心を込めて料理をしている間、ママとお子さんは楽しいことをし  
て待ちましよう♪この機会にパパからママへ感謝の気持ちを送りましよう。

### 親子ヨガ

日時: 2月28日(金) 10:30~11:20  
対象: 6か月以上の乳幼児とその保護者(30組)  
講師: 木村友果先生  
申込: 2月12日(水)より受付開始



産後ケアとしてリンパストレッチで心と身体を緩め、骨盤調整や体力アップに必要なボ  
ーズやエクササイズでボディメイクを行い、母子ともにリフレッシュしていきます。終  
了後は先生とフリートークタイム。聞いてみたいこと質問しちゃいましょう!

### ASOBOO Time

日程: 2月6・13・20・27日 3月5・12日 毎週木曜日・全6回  
時間: ①たまごクラス 10:30~11:10 ②ひよこクラス 11:30~12:10  
対象: ①6か月~1歳6か月 ②1歳7か月~3歳11か月(2月6日時点)  
定員: 各クラス40組  
受付: 受付中\*港区在住の方優先(定員になり次第受付終了)  
\*区外の方は23日(木)より受付可能となります

親子でのふれあい遊び、運動遊び、音楽遊び等々、盛りだくさん♪親子で  
一緒に、お友達と一緒に!そして仲間を作りたい方、お待ちしております!

### ラ・ラ・ラ♪リトミック

日程: 3月3日(火)  
時間: ①10:30~11:10 ②11:20~12:00  
対象: ①0~1歳6か月の乳幼児とその保護者  
②1歳7か月~3歳11か月の乳幼児とその保護者  
定員: ①21組 ②15組  
講師: 梁川 舞先生  
(東京音楽大学教育科卒業・ピアノ、声楽、リトミック講師として活躍中)  
申込: 2月12日(水)より受付開始  
ピアノの音や曲に合わせて、親子で一緒にリズム遊びを楽しもう!!



明けましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。年末年始はいかがお過ごしだったでしょうか？旅行に行ったり、おじいちゃんおばあちゃんに会いに行ったり、または、家でのおんびりされた方もいたでしょう！！「お正月の間に3歩歩けるようになりました！」「よく声を出してお話するようになりました」などの嬉しい報告が年明けのひろばで聞かれます。今年もたくさんの成長と共に過ごせるのかと思うと、とても楽しみです！夏には東京でのオリンピックも開催され、きっと盛り上がることでしょう！子育てひろばも楽しくて、ハッピーな1年であるよう皆さんと一緒に盛り上げていきたいと思ひます。

## プログラムレポート

### 子育て相談・身体計測

毎月1回実施

毎月1回行っている、人気のプログラムです。20～30組ほどの親子が集まり、賑やかな雰囲気の中、順番に身長・体重を測ったあと、手型と足型もとっています。手型の記念を残すのを楽しみに、毎月来てくれる親子もちらほらいます。



また、希望者は保健師との個別相談を受けられます。授乳のこと、離乳食のこと、体重の増減のことなど、気軽に話をしてみてくださいね。10時30分～11時20分が受付時間になっていますので直接ひろばに来てください。予約は必要ありません。日にちは、毎月異なりますので、広報や年間予定のチラシをご覧ください！



### 〈ある日のひろばから〉

皆さんは、子ども達の「いたずら」にどのようにお付き合いしていますか？ひろばでも子ども達のいたずらにあの手、この手を考えています。例えば、ひろばの壁に貼ってある掲示物、くつつき虫というねりけしのようなものでくつついているのですが、時々これに気づいて、くつつき虫を集めだす子がいます。貼ってははがされ、それは根気比べのような感じなのですが、ある日、このひつつき虫をテープに変えてみました！いつものように、くつつき虫をはがしに走っていったその子は「あれ？ない！」ときよんとした表情。スタッフは心の中で「勝った」と思うのでした。

またある日は、閉館後の片付けで、足りないおもちゃがあると、それはまるで宝探しのような。こんなところから！！って場所で見つけた時はゲームに勝ったような気持ちなのですが、なかなか見つからない時は、必死で子どもの目線になって考えてみます。それでも見つからず、数日後どこからか出てきた時は、「こんなところからー」と悔しかったりもします。怪我をしたり、相手に迷惑をかけるいたずらは、しっかり叱る事も大切ですが、たまには遊び心で付き合ってみるのも、にこやかでいられる裏ワザかもしれません。笑えるいたずら話がありましたら、ぜひ、私達にもお聞かせください！

### すすはらい

12月30日実施

年末最後の開館日。遊びにきていた皆さん、大人も子どもも参加して「すすはらい」を行いました。小学生以上はアリーナのキャットウォークや休憩スペースの窓拭き等。雑巾片手にあちこちきれいにしました。ひろばの中では・・・おそうじごっこということで、まずは形から！ハイハイの赤ちゃんもよちよち歩きの子もみんなでエプロン・三角巾をつけて、可愛く



変身し、はたきをパタパタ振れたら、お掃除隊の一員です。少し大きいお兄さんお姉さんは、おもちゃの消毒やマットを拭いたりも手伝ってくれました。「ここもやっていい？」と自分からお掃除の場所を探しては拭いて、楽しそうにお手伝いしてくれました。パパやママも、子ども達に負けていません。窓拭きや届かないところのホコ



リを取ったりと快くお掃除に参加して下さいました。お掃除の後に一緒に食べた「お団子」もおいしかったですね！！参加してくれた皆さま、ありがとうございました。



### 〈今月のおすすめ〉

#### 絵本「バナナおいしくなーれ」 さく 矢野アケミ

「バナナチョコ バナナチョコ」これは、バナナがおいしくなるおまじないなんだそうです。甘くておいしいバナナが好きな子、きっと多いですね。「バナナチョコ バナナチョコ おいしくな～れ～ バナナチョコ バナナチョコ するるん」と、親子で一緒におまじないをかけてみてくださいね。おまじないをかけて皮をむいてみると・・・あれあれ？なんだか面白いことが起こります。擬音がたくさん出てきて、展開も早いので、小さな子から楽しめる絵本だと思います。裏表紙も忘れずにチェックしてくださいね。

