

あざぶぽかぽか

AZABU Kids-to-Teens Hall
麻布子ども中高生プラザ
こそだてひろば月刊通信

2021年 9月号
September 9月号

開館7周年記念 これからもよろしくお願ひします。

麻布子ども中高生プラザは、新型コロナウイルス感染予防対策を徹底し、開館しています。
なお感染状況によりプログラムを中止もしくは延期させていただく可能性があります。
詳しくはHPをご確認ください。

詳しくはコチラのQRコードよりHP「利用のしかた」をご覧ください。



月	火	水	木	金	土	日
9月のプログラム		1 開館記念日	2 	3 	4	5
6 	7	8	9 	10 親子ヨガ 	11	12
13 	14 	15 	16 	17 赤ちゃんのお口や姿勢の話 	18	19 Sunday ASOBOO Time
20 休館日(敬老の日)	21 	22	23 休館日(秋分の日)	24 	25	26
27 	28 	29	30 	13日・15日・17日・21日・28日はプログラムの為、 ① 10:00 ~ 10:45 ② 11:00 ~ 11:45 の入室は不可になります。		



Story Time

ボランティアさんによる絵本 / 読み聞かせ。
26日 15:00 ~ 15:15



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。
6・27日



保育園であそぼう

本村保育園の先生による子育て相談ができます。保育園で楽しんでいるあそびの紹介もあります
14日 ① 10:00 ~ 10:45 ② 11:00 ~ 11:45

上記プログラム定員7組
(各プログラム実施時間にひろばへ入室されている方対象)



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・高温中止)

9月のサークル活動 SARU BOYZ

日 時: 9月12日(日) 10:30 ~ 11:30
場 所: アリーナ



子どもたちをパパママで交代で見あいながらスポーツを楽しみます!
体を動かすのが大好きなパパ・ママ大歓迎!!

★飲食について★ ※大人の食事はご遠慮ください※

- ・離乳食など、お子さんのお食事はひろば内テーブルに限りお取りいただけます
- ・ひろば整理券をお持ちでない場合のお食事はご遠慮ください

★こそだてひろばの入室時間と定員について★ ※入室には整理券が必要です※

- ・整理券の配布は9:50 開始です
 - ・下記に記載している6枠の完全入れ替え制です
 - ・整理券は1家族につき、原則1日1枚のみの配布とさせていただきます
 - ・利用時間の間にクリーニングタイムを設け、ひろば内の消毒を行っています
- ① 10:00 ~ 10:45 ④ 13:30 ~ 14:30
② 11:00 ~ 11:45 ⑤ 15:00 ~ 16:00
③ 12:00 ~ 13:00 ⑥ 16:30 ~ 17:30 } 各定員7組

★プログラム★

【申し込みについて】 申し込みが必要なプログラムは【HPにて申し込み(抽選)】となります。

1. 申し込み開始日 10:00 から終了日 18:00 までの間に、HPの申込みフォームでお申し込みください。※電話・ひろば内では受付不可
2. 結果は申し込み期間後に順次メールにてお知らせします
3. 申し込み期間内に定員に達しない場合は以降先着順となります。各プログラムへの申込みフォームはこちらのQRコードからどうぞ



Baby ちゃん Time

ふれあい遊びやおしゃべりをして楽しむ時間です。

日 時: 9月15日(水) 10:30 ~ 10:50
対 象: 6か月以下の乳児とその保護者
定 員: 7組
抽選申込み期間: 9月1日 ~ 3日



おしゃべりカフェ

同じ年齢の子どもを持つママ同士、楽しくおしゃべりしましょう。
お子さんも同じ空間で過ごせます。

日 時: 9月13日(月)・28日(火) 10:30 ~ 11:30
対 象: 13日(0歳児)・28日(1・2歳児)
定 員: 各5組
抽選申込み期間: 9月1日 ~ 3日



身体計測

保健師さんと一緒に身体計測をします。

日 時: 9月21日(火) ① 10:15 ② 10:45
定 員: 各回5組
抽選申込み期間: 9月1日 ~ 3日



~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」

「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。(プレママも大歓迎)

日 時: 9月17日(金) 10:00 ~ 11:00
定 員: 7組
抽選申込み期間: 9月1日 ~ 3日



★プログラム★

※下記のプログラムは定員を超えた申し込みがあった際、港区民の方優先となります

親子ヨガ

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ポーズやリズムカルな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！

日時：9月10日(金) 10:30～11:20
場所：アリーナ
定員：20組
対象：6か月以上の乳幼児とその保護者

講師：木村友果先生
(スポーツインストラクターとしてママたち向けに指導)
抽選申込み期間：9月1日～3日



ASOBOO Time

親子でのふれあい遊び、素材遊び、パネルシアター、パラバルーンなど盛りだくさん♪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！

日程：9月2日・9日・16日・30日・10月7日・14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

場所：アリーナ

対象：①6か月～1歳6か月

②1歳7か月～3歳11か月(※9月2日時点)

定員：各クラス12組 ※受付は終了しています



Sunday ASOBOO Time

いつも遊びに来ている方も、平日はお仕事のパパママも！お子さんと一緒に楽しくふれあって遊びませんか？放課後 Time ではお子さんを皆さんで見あいながら、アリーナで大人だけで遊んじゃいましょう！

日程：9月19日(日)

時間：10:30～11:10

☆11:10～11:50は自由参加の放課後 Time!

場所：アリーナ

対象：ひとり歩きができる子～3歳11か月の乳幼児とその保護者

定員：12組

抽選申込み期間：9月1日～3日

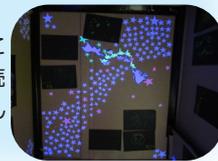


ひろばからのメッセージ

日中は夏と変わらないような暑い日もありますが、日が落ちるのもだんだんと早くなってきました。今年はオリンピックも開催し、テレビで試合を見て盛り上がっていたという家庭も多いのではないのでしょうか。子どもたちの中にもオリンピックを見て、ひろばや児童館で選手の真似をしながら遊んでいる子もいます。こそだてひろばには外国の方もたくさんいらっしゃいますが、オリンピックのように国をこえてみんなで仲良く過ごしていけたらいいと思います。(入江)

Enjoy★たなばたいむ 7月1日～7日実施

織姫と彦星が1年に1度会えるこの時期、ひろばの笹には日本語・英語・中国語などたくさんの国の言葉で書かれた願いでいっぱい！さらに今年は星空ボックスも設置。子どもたちが蛍光ペンで描いた絵がブラックライトできらきらと光っています。子どもたちも中に入ってゆっくりしたり、おもちゃを持って秘密基地にしたりとたくさんの遊びも見る事ができました。7月7日の七夕当日には特別おはなし会も行い、七夕の絵本や由来を描いた紙芝居を読んだりみんなで読み聞かせを楽しみました。みんなはどんな願い事を笹につるしたかな？家族みんなの願いが叶いますように！(入江)



PAPAのASOBOO Time

～ダイナミック！パパあそび～ 7月25日実施



6か月～1歳6か月の子どもとパパたちが思いっきり遊ぶ「ダイナミック！パパあそび」。今回も多くのパパたちが参加してくれました！

パパあそびでは、時には子どもを高く持ち上げ、時には二人一組になってバスタオルにのせた子どもをゆらゆらとゆらすなどして遊び、子どもたちもニコニコです。他にも絵本を使った遊びの後は子育てについてのおしゃべり会。

在宅になってからの変化や子どもとの関わり方など、パパあるあるな悩みを共有しました。最後にはママも登場！実はパパたちが子どもと遊んでいる間、別の部屋でパパへのプレゼントを作っていました。家族の写真入りの缶バッジを受け取ってパパも笑顔。家族みんなで楽しい時間を過ごしました。(入江)



親子ヨガ 7月14日実施



今年度初の親子ヨガ開催！今回から定員を20組に増やしての実施となりました。音楽に合わせて始めは簡単な運動から。次にバンドを利用して体ほぐし、さらにリラックしながらヨガのポーズ。久しぶりの親子

ヨガとあって皆さん真剣に取り組んでいます。子どもを抱っこしながらのポーズも程よい負荷がかかり、あつという間に時間が過ぎていきました。レッスン後はフリートークタイム。隣の人とお話をして、さらに先生に個別に体幹に効くヨガを教えてもらい、皆さん充実した時間を過ごしていました。次回は9月開催。この機会に体を動かしてみたい人はお待ちしています。(入江)



〈ある日のひろばから〉

8月に入り、暑さからか、ひろばに遊びに来る親子さんが少ない日が多くなりました。そんなある日、涼しい部屋でセミの声を聞きながら、3～4組の親子さんたちが各々でゆったりと過ごしていました。パズルやおままごと、すべり台とそれぞれが別の遊びを楽しんでいましたが…なぜでしょうか、気が付くとお子さん同士が近くに寄りはじめ、みんなおままごとへ。そうなるとお子さんだけでなく、ママたちも必然的に近くへ。広々とお部屋が使えるはずですがみんなが同じ場所に集まり、「こんなに広いのにおかしいですね～」なんて会話から自然とママ同士の交流が生まれていました。(川手)



〈今月のおすすめ〉

歌遊び「バスにのって」

「バスにのってゆられてる ゴーゴー！そろそろ右にまがります～

3！2！1！うわ～！」

【バスにのって】という歌遊び、ご存知でしょうか？ひろばのプログラムでもよく行方人気の歌です。パパやママの膝上をバスに見立ててのったり、自分の膝上にお人形を置いて自分をバスに見立てたり…。そんな楽しい歌ですが、なんとサバンナバージョンがあるのです！サバンナなのでイノシシが出てきたりライオンが出てきたり…ぶつかったら危ないので親子で協力しながらサバンナを探検します♪サバンナバージョンを知らなかった皆さん、ぜひ親子で楽しんでみてください！(川手)

