AZABU Kids-to-Teens Hall 麻布子ども中高生プ こそだてひろば 2022年 July

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の定員や実施方法の変更、中止等を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。

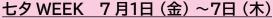
詳しくはコチラの QR コードより HP「利用のしかた」をご覧ください。



月	火	水	木	金	土	日
				1 七夕 WEEK —	2	3
4	5 0歳 <b>J</b>	6	<b>7</b>	8 ナースうめちゃんの 子育て応援 Time	9	10
11	12	13 親子ヨガ	14	15	16	17
18 休館日 (海の日)	19 = %	20	21	22 赤ちゃんの お口や姿勢の話	23	24
25	26 1歳 2歳	27 <b>%</b>	28	29	30	31 日曜だよ! 親子であそぼう!

♦ 5・8・19・20・22・26 日はプログラムの為、10:00 ~ 11:30 の入室は 不可になります。

# キラキラ☆たなばたいむ



親子で短冊にお願いごとを書いたり、すてきな笹飾りを作りませんか?天の川 をモチーフとしたトンネルでも遊べるよ!今年もひろばで七夕を楽しもう☆ ☆天の川トンネル ☆短冊かざり

> ほしさん さがそう!きらきら星☆☆☆ 7月7日(木)

ひろばの中に3つの星(ベガ・アルタイル・デネブ)が隠れているよ!親子 で探してメダルをもらおう♪

時間: ① 10:30 ~ 11:00 ② 15:00 ~ 15:30

#### ★こそだてひろばのご利用について★

開室時間 10:00 ~ 17:30(13:00 ~ 13:30/15:30 ~ 16:00 は消毒換気のためご利用いただけません。)

- ★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。
- 飲料の持ち込みは衛生上、水筒またはペットボトルに限ります。

申し込み不要!誰でも参加できます。 お気軽に遊びに来てください♪



Story Time ボランティアさんによる絵本の読み聞かせ。 24日15:00~15:15



保育園であそぼう

本村保育園の先生に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。

12日 10:00~11:00 子育て相談 11:00~11:10 あそびの紹介



PokaPokaTime 11:00 ~ 11:15 ふれあい遊び・おはなしを楽しもう!

11 · 21 · 27日

#### はぐくみ

#### ナースうめちゃんの子育て応援 Time

今月のワンポイントアドバイスは「スキンケア」 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よう! 8日(金)10:30~11:30

#### 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、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。

22日(金)10:00~11:00 (プレママも大歓迎)

## ★プログラム(申込みあり)★

【申込みについて】 以下のプログラムは HP にて申込みとなります。

- 1. 定員の記載があるプログラムは先着順となります。
- 2. その他のプログラムは定員はありません。 前日までに HP でお申込みください。 (申込開始日 10:00 からプログラム前日 18:00 までに HP の申込みフォームでお申込みください) ※感染状況によっては定員の取り扱いを変更する場合がござます。詳しくは HP をご覧ください。



## おしゃべりカフェロ

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:7月5・26日(火)10:30~11:30 対 象:5日(0歳児)・26日(1・2歳児)

申込:7月1日~

# 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:7月20日(水)10:30~10:50 対象:6か月以下の乳児とその保護者

申込:7月1日~



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 ※電話・ひろば内では受付不可



#### 身体計測

身体計測や手型・足型とりを行います。 ※保健師さんへの発育相談は奇数月のみ実施します。

日程:7月19日(火)

時 間: 10:15~11:30 ※ 10:45 受付終了

定員:15組 申込:7月1日~







〒 106-0047 開館時間 休館日

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) 9:30 ~ 20:00(こそだてひろばは 10:00 ~ 18:00 です) 国民の祝日・12 月 31 日~1月 3 日

#### ★プログラム(申込あり)★

#### 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ミカルなエクササ 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:7月13日(水) 10:30~11:20

定員:25組

対 象:6か月以上の乳幼児とその保護者

(7月13日時点)

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)

申 込:7月1日~

※区外の方は7月4日より受付

# 日曜だより親子であそぼう!

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?今月は「パラバルーン」を行う予定です。

日 時:7月31日(日)10:30~11:10

☆ 11:10 ~ 11:50 は自由参加の放課後 Time! 放課後 Time では お子さんを見あいながら、アリーナで大人だけで遊んじゃいましょう!

定 員:25組

対 象:ひとり歩きができる子~3歳11か月の乳幼児

と保護者

申 込:7月1日~ <u>※区外の方は7月4日より受付</u>

# LICE SILLIPALE

#### ひろばからのメッセージ

# KHALL NKHAL

天気予報で雨マークばかりな時期が今年もやって来ました。おうちの中にいると外から雨の音が聞こえてきますよね。しとしと降る日もあればザーザー降る日もあって、雨は毎日毎日違う音を奏でています。「今日の雨はどんな音かな?」と毎日の変化を親子で感じてみるのはいかがでしょうか?とはいえ室内で過ごすことが多くなり、子どもの体力が余る日々かと思います。プラザまで足を運んで、広いアリーナで走ったり、ひろばの中でたくさんハイハイしたりと体を動かして過ごすのもいいですね。また、7月1日~7日のひろばは七夕モードでみなさんを待っています。ぜひおこしください♪ (川手)

#### プログラムレポート

#### 親子ヨガ 5月30日実施

今年度初めての親子ヨガを実施しました!インストラクターの木村先生に来ていただき、音楽に合わせて体をほぐしたり、ゆっくり呼吸を整えながらヨガのポーズをしたり。子どもたちはというとママを不思議そうに眺めている子もいれば、好きな玩具で遊んだり、広々としたアリーナがうれしくて元気よく身体を動かしたりする子もいました。音楽もテンポアップしてきたところで子どもを抱っこしながらのエクササイズ!たくさん体を動かしているとあっという間にレッスンは終了。その後はフリートークタイムで近くの



方とお話をしたり、先生に 産後の身体の悩みなど相談 している方もいらっしゃり 充実した時間を過ごされて いました。次回は7月に行 う予定です。ご参加お待ち しています!(齋藤)

#### PAPA プログラム ママにありがとう!サプライズ大作戦 5月7日・8日実施

5月8日は母の日でしたね。ママに日ごろの感謝の気持ちを伝え

る機会として、こそだてひろばではパパと乳幼児を対象とした母の日プログラムを行いました。家族写真や子どもの写真、イラストなどを缶バッチにし、メッセージカードを添えてラッピング。パパと子どもで協力してママへのプレゼントを作ります!缶バッチが完成



した後はメッセージカード作りとラッピング。「ママいつもありがとう」 「だいすき」などパパと子どもたちからの心温まるメッセージがたく



さん溢れていました。「おうちに帰ったらママ に渡そうね!」「ありがとうって言おうね!」 などと、ドキドキ・ワクワクした気持ちでみな さんプラザを後にしていきました。素敵なサプ ライズプレゼントに、きっとママの喜ぶ姿が見 られたのではないでしょうか♪ (川手)

## 〈ある日のひろばから〉

ある日の事。とても人見知りなお子さんがいました。ママが一瞬トイレに行くだけでも「ママ~!」と泣いてしまいます。スタッフが「大丈夫だよ~!」と言っても「誰~!?」といった様子で更に号泣!そこで近くで遊んでいた別のママが一緒になって玩具を持ってきて声をかけてくださいました。少し落ち着いた頃にママが戻ってきて「ありがとうございました」と言うと「うちも人見知りありましたよ~」と会話が広がりました。また別のある日。イヤイヤ期のお子さんが思うように遊べずにママの声掛けにイヤイヤしていると、別のお子さんのパパが一緒に遊んでくれて大盛り上がり!笑顔で帰っていきました。

こんな風に、ひろばに遊びに来ている方たちが自分の子どもだけを見ているのではなく、他の子どもたちの事も気にかけている様子を見ていて、とても素敵な空間だなと感じました^^(齋藤)



#### 〈今月のおすすめ〉「新聞紙プール」

5月のASOBOO タイムで行った梅雨に楽しめる新聞紙プール遊び!ダンボールの箱に新聞紙をビリビリ破って入れてその中にドボン!!上から新聞紙を降らせたり、ダンボールで仰いで新聞紙を飛ばしてみたり、まるめて投げてみたり。これから夏本番!雨が降ると外では遊べないですし、暑すぎると公園も辛いですね…でも子ども達は毎日元気いっぱい!たまにはゆっ

くりのんびり、涼しいおうちの中でできる遊びをしてみるのはいかがでしょうか。沢山遊んだ後は、破いた新聞紙を一緒にお片付け!お手伝いも出来ますし一石二鳥!ぜひ試してみてください!(杉山)

