

あざぶぽかぽか

2022年 **10**月号
October

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きます可能性が
あります。詳しくはHPをご覧ください。

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	2
13	4 	5	6	7 ナースうめちゃんの 子育て応援 Time 	8 えだまめたいむ	9
10 休館日 (スポーツの日)	11 	12 	13	14 赤ちゃんの お口や姿勢の話 	15	16
17 産後ケア	18 	19 	20 Nobody's perfect	21 	22	23
24	25 	26 朝ヨガ& バレエストレッチ	27 Nobody's perfect	28 	29	30
31 ハロウィン シールラリー	7・8・12・14・18・19・25日はプログラムの為、 10:00～11:30の入室は不可になります。					

ひろばプログラム

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。
23日(日) 15:00～15:15



PokaPokaTime

ふれあい遊び・おはなしを楽しもう！
4日(火)・28日(金) 11:00～11:15



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。
11日(火) 10:00～11:00 子育て相談
11:00～11:10 あそびの紹介

☆10月25日(火)は園庭開放があります。参加される方は
保育園に直接電話でご予約をお願いします。



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・高温中止)

はぐみ

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、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。

14日(金) 10:00～11:00
(プレママも大歓迎)



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「卒乳・断乳」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！

7日(金) 10:30～11:30

★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または抽選となります。
2. 定員の記載のないプログラムは申込完了時点で参加可能となります。
(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います。詳しくはHPをご覧ください。 ※電話・ひろば内では受付不可



えだまめたいむ

～多胎児親子の集まり～

多胎児育児ならではの楽しさ、悩み、気になること…。
もちろん育児話以外も！たくさんお話ししましょう♪

日時：10月8日(土) 10:30～11:30
対象：0歳～未就学児の多胎児親子
申込：10月1日～



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：10月12日(水)
時間：10:15～11:30 ※10:45 受付終了
定員：15組
申込：10月1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：10月18・25日(火) 10:30～11:30
対象：18日(0歳児)・25日(1・2歳児)
申込：10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：10月19日(水) 10:30～10:50
対象：6か月以下の乳児とその保護者
申込：10月1日～



親支援プログラム Nobody's perfect 講座

～カナダ生まれの親教育プログラム「完璧な親なんていない」(Nobody's perfect)～
 子育ての大変さや楽しさを保護者同士で分かち合い、子育てに自信を持ち…そして、
 ずっと支え合える仲間を作る…そして、自分に合った子育てを見つけてみませんか？
 詳細はひろば内・HPのポスターを必ずご確認ください。

日程：10月20・27日、11月4・10・17・24日、12月1・8日
 全8回/毎週木曜日(3回目のみ祝日の為金曜日に実施します)

時間：9:50～12:00 定員：10組(託児の人数により変動する場合があります)

対象：初回の時点で1歳以上～3歳未満の子を育児している保護者で8回出席出来る方
 (過去に参加経験がある方・港区民以外の方はキャンセル待ちでの受付となります)

申込：10月1日10:00～5日18:00

※定員を超えた申し込みがあった際は抽選とします。結果はメールにてお知らせします。

★進行役 NPの認定ファシリテーター 小泉園子さん・山田和美さん



朝ヨガ&バレエストレッチ

～有栖川宮記念公園共催～

ヨガとバレエの簡単なストレッチを親子で体験できます！



日程：10月26日(水)

定員：各25組(先着順)

時間：①10:30～11:10(6か月～1歳6か月)

②11:30～12:10(1歳7か月～3歳)

対象：①6か月～1歳6か月の乳幼児と保護者

②1歳7か月～3歳の乳幼児と保護者

講師：中山こころ先生(ヨガインストラクター)

荒田沙央里先生(バレエインストラクター)

申込：10月1日～ ※区外の方は4日より受付

産後ケアプログラム

～バランスボールと心のリフレッシュ～

バランスボールエクササイズとシェアリングによって身体も心もリフレッシュします。
 産後の緩んだ身体の戻し方が分からない…ダイエットしたい…気分転換したいなんて方、ぜひお勤めです!!一緒に汗を流しましょう。

日時：10月17日(月)10:30～12:00

定員：20名(先着順)

対象：ひろば利用の母親 ★生後6か月以下の乳児のみ同伴可

申込：10月1日～ ※区外の方は4日より受付

講師：萱沼道子先生(任意団体「Hope!」フィットネスインストラクター)



ないきりザワールド

いくぞ忍者!～秘伝の巻物編～

毎年大好評の”なりきり!ザ★ワールド”!
 忍者になりきって、ミッションにチャレンジしよう!

日時：10月15日(土)10:30～12:00

場所：アリーナ 定員：25組(先着順)

対象：年少児～年長児

(2016年4月2日生まれ～2019年4月1日生まれ)とその保護者

申込：9月24日～ ※区外の方は10月1日より受付



ひろばからのメッセージ

先日9月1日は麻布子ども中高生プラザの8回目のお誕生日でした。当時0歳だった赤ちゃんは今8歳に…。と思うと子どもの成長は本当に早いんですね。当時に限らず、子どもたちはみるみるうちに背が伸びたり歩けるようになったりおしゃべりができるようになったりと、日々できることが増えていき職員も感動の毎日です。さて、暑かった夏も終わりすっかり涼しくなってきたこの頃。秋になってからも、こそだてひろばではハロウィンや運動会など楽しいプログラムをたくさん用意してお待ちしています♪(齋藤)

プログラムレポート

こそだてひろば水遊び
 ちゃぷちゃぷしちゃお!

8月3・5・8・20・23日 実施

夏と言えば水遊び!とたくさんの親子が参加してくれました。初めての水遊びに怖がっていた子も少しずつお水に慣れていく姿が見られ、頭からお水をかけても大丈夫なんて子もいました。ハイハイが出来る子や歩ける子たちはお水が噴き出しているスプリンクラーに興味深々と近寄ってみたり、ごっこ遊びが好きな幼児さんはスポンジの玩具で「お掃除する!」とプールを磨いてくれたり!(笑)各々とても楽しそうに遊んでいました。来年の夏も開催する予定ですので是非いらしてくださいね♪(齋藤)



「ちいボラ」活動報告
 8月中実施

夏休みの期間に行っている「ちいぼら大集合!」。赤ちゃんと一緒に遊びたい!こそだてひろばでお手伝いしたい!そんな思いを持つ小学3年生～6年生が登録し、ひろばの中でちいぼらとして活動してくれます。今年は3年生の男の子と女の子が活動しました。「笑ってくれてかわかった」「たくさん遊べた」「仲良くなれて嬉しかった」などの感想が活動後にあがりました。小学生にとって自分よりずっと小さい赤ちゃんたちやそのパパママと触れ合う体験はきっと心に残るものだったのではないのでしょうか。また、ちいぼらの活動を近くで見たパパやママからは「しっかりしているね」「優しく遊んでくれてありがとう」「大きくなったらこんなお兄さんお姉さんになってほしいな」などと素敵なお言葉をたくさんいただきました。8月でちいぼらの活動は終了となりましたが、プラザ内でちいぼらの顔を見かけたら、ぜひ声を掛けてくださると嬉しいです♪(川手)



〈ある日のひろばから〉

毎月2～3回行っているPokaPokaTimeでは手あそびやふれあい遊びの紹介をする日、読み聞かせをする日や簡単な製作をする日など、その時によって行うことはいろいろです。ある日にはシール遊びを取り入れた製作を行い、0歳～3歳の乳幼児親子さんが参加されました。中には初めてシールを触るにも関わらず、シールを台紙から器用にはがす子もいました。その姿を見て「シール好きなんだ!おうちでもやってみます。」とママ。その言葉を聞き、「ひろばでの遊びや体験を通して、ママたちが子どもへの新しい発見ができるなんて!」と、とても嬉しく思いました。これからも親子で楽しめる遊びや体験をご紹介していきたいと思いますので、ぜひ遊びにきてくださいね!(川手)



〈今月のおすすめ〉

絵本「もりのかくれんぼう」作:末吉暁子 絵:林 明子

子どもの頃きっと一度は遊んだ事のある「かくれんぼ」。大人になってからは子どもと公園で「どこかなー」なんて言いながら、木の陰からちょこっと見えているおしりを愛らしく思ったり。そんな経験がある方も多いのではないのでしょうか。この「もりのかくれんぼう」はそんなかくれんぼのワクワクを詰め込んだ絵本です!公園でお兄ちゃんと遊んだ帰り道、近道をしようと生け垣をくぐったけいこは、見たこともない大きな森の入り口に立っていました。この秋の森で、けいこは不思議な男の子に誘われて、動物さんたちと一緒にかくれんぼをします。わくわくしながらページを開くと、いろいろなところに動物が隠れています。なかなか難しいです。じっくり、よく見てください。対象年齢が4歳からの絵本ですが、ページをめくって動物を見つけるだけで、とても楽しめる絵本です!ぜひ読んでみてください!(杉山)

