

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
			1	2	3 	4
5	6	7 	8 食中毒予防	9 	10 	11
12 おしゃべりカフェ	13 	14 親子ヨガ	15 ASOBOO Time	16	17 	18 日曜だよ！ 親子であそぼう！
19	20 身体計測	21 BabyちゃんTime	22 産後ケア	23	24 えだまめたいむ 	25
26 	27	28	29 リサイクルのわ	30 リサイクルのわ	◆8・9・12・20・21・24日は プログラムの為、10:00～11:30の 入室は不可になります。	

リサイクルのわ

お子さんの小さくなった衣服や小物を皆さんでリサイクルしませんか？

日程：6月29日(木)・30日(金)

時間：10:30～12:00

対象：こそだてひろば利用者(プレママ・パパ大歓迎)

- * 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。(一家族5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。

●リサイクル品回収について

回収時間：10:00～17:30(随時回収中)

回収場所：こそだてひろば

* 回収品について…新生児～130cmまでの衣類のみ。

未洗濯や汚れ・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。



フリープログラム！自由に参加OK！



PokaPokaTime

7日(水) 26日(月) 11:00～11:15
ふれあい遊び・おはなし・製作などを楽しもう！



保育園であそぼう

13日(火) 10:00～11:00 子育て相談
11:00～11:10 あそびの紹介

本村保育園の先生による子育て相談や保育園で楽しんでいるあそびの紹介。

☆ 27日は園庭開放があります。参加される方は保育園に電話予約をお願いします。



Story Time

25日(日) 15:00～15:15
ボランティアさんによる絵本の読み聞かせ。



屋上であそぼう

毎週土曜日 11:00～12:00

幼児さん向けの乗り物等で遊べるよ！運動靴必須



ナースうめちゃんの子育て応援Time

9日(金) 10:30～11:30

今月のワンポイントアドバイスは「水道水って実際どうなの!? 水分補給について」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!

ひろばからのメッセージ

雨が降って、つい目的地に急ぎ足で行きたくなる6月ですね。そんな時こそ、行くまでの道のりを楽しみませんか? 雨なんかへっちゃら! レインコートに長靴履いて、水たまりでびちゃびちゃ足ふみ。子どもたちは大好きです。水にうつる自分を発見するのもワクワクします。いろんなお花や生き物、虹なんかも見られるかも。のんびりお散歩の後にはプラザにどうぞ。今月もいろいろなプログラムをご用意してお待ちしております。(岡田)

〈ある日のひろばから〉

♪ いったん橋こちょこちょたたいてつねって...♪ ひろばで触れ合い遊びをしていると「あ、なつかしい。昔お母さんにしてもらった」とママが思い出してくれました。小さいころに自分がしてもらった楽しいこと、心地よい記憶は普段は忘れていても心の中に蓄積されているものですね。(指田)

〈今月のおすすめ〉 ～簡単ぽつとんおとし～

①ペットボトルのキャップを2つ合わせてビニールテープで固定②トイレトーパーの芯を用意(お好みでお絵かきしたり折り紙を巻いたり)これだけであつという間にぽつとん落としの完成です!ぽつとん落としは赤ちゃんから遊べる玩具で、ものをつかむ練習・形の把握・繰り返すことで集中力UPなどさまざまな効果が期待できる遊びです。大きいお兄さんお姉さんは、親子で一緒に作ってみてもいいですね♪ 雨の日のおうち遊びにいかがですか?(佐藤)



【申し込みについて】 以下のプログラムは HP にて申し込みとなります。

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し込みください)

※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



6/8 (木)

食中毒の予防と食品の取り扱い

ジメジメしてくるこの季節…おうちの食品管理は大丈夫ですか？みなと保健所より食品衛生監視員の方が来て食中毒の予防と食品の取り扱いについてお話をしてくれます！

時間：10:30～11:30
場所：こそだてひろば
対象：0～未就学児のお子様とその保護者
定員：なし
申込：5月25日～
※区外の方は5月28日～

6/12 (月)

おしゃべりカフェ

同じ年齢の子どもを持つパパ・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。(1～2歳のお子さんを持つ方で参加希望の方はこそだてひろばまでお問い合わせください！)

時間：10:30～11:30
対象：0歳の乳児とその保護者
定員：なし
申込：6月1日～
※申込完了時点で参加可能



6/14 (水)

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！終了後はセルフケア&先生とフリートークタイム。

時間：10:30～11:20
場所：アリーナ
定員：25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)
申込：6月1日～
※区外の方は6月4日～

6/15 (木)

ASOBOO Time

親子でのふれあい遊び、素材遊び、パネルシアター、パラバルーンなど月ごとに様々な遊びを楽しみましょう♪今月は「ゲームあそび」を行う予定です。お気軽にご参加ください！

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ヶ月
(※実施日時点)
定員：各クラス25組
申込：6月1日～
※区外の方は6月4日～

6/18 (日)

日曜だよ！親子であそぼう！

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「ゲームあそび」です。放課後 Time ではお子さんを皆さんで見ながら、アリーナで大人だけで遊んじましょう！

時間：10:30～11:10
(放課後 Time 11:10～11:50)
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：25組
申込：6月1日
※区外の方は6月4日～

6/20 (火)

身体測定

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

時間：10:00～11:30
※10:45受付終了
対象：なし
定員：20組
申込：6月1日～
※申込完了時点で参加可



6/21 (水)

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

時間：10:30～10:50
対象：6か月以下の乳児とその保護者
定員：なし
申込：6月1日～
※申込完了時点で参加可能



6/22 (木)

**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…気分転換したいという方、一緒に汗を流しましょう。

時間：10:30～12:00
場所：アリーナ
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
定員：12組
申込：6月1日～
※区外の方は4日～



6/24 (土)

**えだまめたいわ
～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♪絵本や製作などのプチおたのしみもあります☆

時間：10:30～11:30
場所：こそだてひろば
対象：0歳～未就学児の多胎児親子
(プレバママも大歓迎！)
申込：6月1日～
※申込完了時点で参加可能

プログラムレポート

日曜だよ！親子であそぼう！

4月23日(日) 実施

日曜日にお休みのパパ・ママにご参加いただき、今回は"ふうせん遊び"を行いました。みんな体操を行ってから、風船を膨らませ結ばずにシューッと飛んだ風船を目で追ったり、転がる風船を追いかけてたりしました。フワフワと落ちてくる風船をキャッキヤと捕まえ、勢いあまって割れてしまう「パン！」という大きな音にびっくりするなど、子どもたちはいろいろな経験をしました。放課後タイムは職員と参加者でお子さんを見合いながら、大人だけで全力のシャトルラン！参加してくれたパパママの中には、なんと全国平均以上の記録も！久しぶりに、子育て以外で汗を流すいい機会になったのではないのでしょうか？(指田)



PokaPokaTime

4月24日(月) 実施

PokaPokaTimeでは、手遊びや絵本の読み聞かせ、季節の製作など、いろいろな活動をしています。何をやるのかは、その日のお楽しみ！この日はこのほりに可愛い手形を押しました♪予約不要で毎月2回実施していますので、どなたでもお気軽にご参加ください！(佐藤)