

あざぶぽかぽか

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

2024年
April

4月号

★こそだてひろばの利用方法について★

- 開室時間 10:00 ~ 18:00 ※ 13:00 ~ 13:30 は消毒換気のため、ご利用いただけません。
- 時間制限や定員などはありません。(室内が混雑している際は入室をご遠慮いただくことがあります)
- 飲食について
 - ・飲料の持ち込みは衛生上、水筒もしくはペットボトルに限ります。
 - ・ランチタイム (11:30 ~ 12:30) のみ親子でのお食事が可能です。詳しくはひろば内掲示またはHPをご覧ください。

おしらせ

こそだてひろばの
開室時間が3月より
変わりました!

月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3 ☀️ ☆ SP ☆	4	5	6 🚲	7	
8	9	10	11 ☀️	12 👧	13 🚲	14 日曜だよ! 親子であそぼう!	
15 おしゃべりカフェ	16 ☀️	17 Baby ちゃん Time	18	19	20 🚲	21	
22	23 身体計測	24 親子ヨガ	25 ASOBOO Tme	26 ☀️	27 🚲	28 📖	
29 休館日 (昭和の日)	30	12・15・17・23日はプログラムの為、 10:00 ~ 11:30の入室は不可になります。				🐣🐣	

フリープログラム



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



PokaPokaTime

3日(水) ☆ SP ☆・11日(木)・16日(火)
・26日(金) 11:00 ~ 11:15

ふれあい遊び・おはなし・製作などを楽しもう!
※月初めのPokaPokaTimeはSP(スペシャル)
と題して「お誕生日会」になります♪みんなで一緒
にお祝いしよう★4月生まれのお友達、集まれ~!



Story Time

28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。



ナースうめちゃんの子育て応援 Time

12日(金) 10:30 ~ 11:30

今月のワンポイントアドバイスは「水分補給」
です。子どもの発熱、咳…こんなときはどう
する? うめちゃんに何でも聞いてみよう!

★麻布子ども中高生プラザの利用について★

- ・プラザを初めて使う時は、登録用紙を記入します。
記入後は、お子様のメンバーシップカードを発行いたします。
- ・利用時はお持ちのカードを受付のバーコードリーダーへかざしてください。保護者の方は別紙に名前をご記入ください。
- ・乳幼児の入館・利用は、保護者の同伴が必要です。
館内ではお子様の見守りをお願いいたします。



4月1日より登録情報の更新
を行います。住所・電話番号・
お子さんの幼稚園・保育園などに
変更がある方はお伝え
ください。



ひろばからのメッセージ

春ですなー! 卒園や入園・入学の季節になりました。新しい始まりにワクワクしますね。でもはじめてはドキドキも一緒にやってきます。子どもはもちろん、大人だって緊張します。「ちょっと疲れたー」と感じたらひろばに遊びに来ませんか。いつもと同じ場所で気持ちを整えて♪楽しい毎日のお手伝いが出来れば嬉しいです。スタッフ一同お待ちしております! (指田)

〈ある日のひろばから〉

始めは何もしたくないとパパにぴったりの女の子。同い年くらいの女の子が近づき「一緒に遊ぼう!」おままごとが始まりました。二人で色々なお料理を作り、帰るときには「まだ帰りたくないよー」と、ひろばではよく見る光景です。子ども同士で遊べばすぐにお友達! 世界がどんどん広がっているようでした。(指田)



〈今月のおすすめ〉

～かたぬきサンドウィッチ～

100円ショップにあるクッキーの型で、好きなサンドウィッチを型抜き☆赤ちゃんは食パンだけでも◎ハムやチーズで手作りサンドでも、コンビニの物でもOK! いつもと少し気分を変えておうち時間や、お花見・ピクニックに…お子さんと一緒に作ってみては♪ (佐藤)



要予約プログラム

以下のプログラムはHPにて申込みとなります。

ひろば申込み
フォームはこちら↓



1. 定員の記載があるプログラムは先着順です。申込完了時点で参加可能となります。
2. 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。
(一部のプログラムでは港区在住の方と区外在住の方で申込開始日が異なります。)

※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。

4/14 (日) 日曜だよ！親子であそぼう！

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「素材遊び」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)

定員：25組

対象：ひとり歩きができる子～3歳11か月の乳幼児とその保護者

申込：4月1日～ ※区外の方は4日～



4/15 (月) おしゃべりカフェ

普段は子どもの遊びがメインなパパ・ママ同士、お茶でも飲みながら楽しくおしゃべりしませんか？雑談からお悩みまで何でもOK！お子さんも同じ空間で過ごせます。

時間：10:30～11:30

対象：0～2歳の乳幼児とその保護者

申込：4月1日～



4/17 (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

申込：4月1日～



4/23 (火) 身体計測

身体計測や手型・足型とりを行います

※保健師への発育相談は奇数月のみ実施

時間：10:00～11:30 ※10:45受付終了

定員：20組 対象：なし 申込：4月1日～



4/24 (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していきます。終了後はセルフケア&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！

時間：10:30～11:20 対象：6か月以上の乳幼児とその保護者

定員：25組 申込：4月1日～ ※区外の方は4日～

講師：高橋友果先生 (スポーツインストラクターとしてママたち向けに指導)



お知らせ

春休みも ちいボラがやってくる～！！

ちいボラとは！？

「ひろばで赤ちゃんや小さいお友達と過ごしてみたい！お手伝いをしたい！」という小学生にボランティア登録をしてもらい活動してもらおうプログラムです。

ひろばでは、小学生の長期休みに「ちいボラ」を募集しています。小学生ってこんなこともできるのね！こんなにお話上手なのね！保護者の方にもたくさんのお見聞がありますように…慣れないこともあり、ご迷惑もおかけするかもしれませんが、暖かい目で応援してくださいと嬉しいです。



4/25 (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「素材あそび」を行う予定です。お気軽にご参加ください！

時間：10:30～11:10 定員：25組

対象：6か月～2歳11か月の乳幼児とその保護者

申込：4月1日～ ※区外の方は4日～



プログラムレポート

産後ケア (カップル編)

2月18日 (日) 実施

毎年、年に3回のペースで行っているママ向けの産後ケアプログラム。今回はプラザでは初の「カップル向け」講座でした！仕事や子育てをしながら一緒に運動をする機会がなかなか取れないから…と参加してくれたご夫婦が多く、終了後には「久しぶりに汗をかきました！」と素敵な笑顔。また、バランスボールの運動だけでなく、前日からの嬉しかったことを書き出してシェアリングする場面では「貴重な時間でした」「またカップル向けやってください！」と嬉しいお声もたくさんいただきました！お忙しい中、ご参加いただきありがとうございます☆ (佐藤)



リサイクルのわ

2月28日 (水)・29日 (木) 実施

寒い中たくさんのお友達が遊びに来てくれました。「この服かわいいね！」と話していると少し離れたところにいたママが「あっ、それうちが出した服！気に入っているけどもう着れなくて…」と。まさに「リサイクルのわ」。思い出の詰まった大切な洋服を次の子が着てくれるなら嬉しいですね。今後もひろばでは年間3回、新年度から「リユースのわ」と名前もリニューアルし実施予定です。今後のお知らせを、ぜひチェックしてください。(指田)

