

# あざぶぽかぽか

2024年  
June

6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。
  - ・こそだてひろば内は、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。

月	火	水	木	金	土	日
					1 	2
3	4  ☆ SP ☆	5 ぐちゃぐちゃ遊び	6	7 	8 	9
10 おしゃべりカフェ	11 	12 親子ヨガ	13 ASOBOO Time	14 	15 	16
17	18 身体計測	19 Babyちゃん Time	20 食中毒	21 	22 	23 日曜だよ! 親子であそぼう! 
24 	25	26	27 リユースのわ	28 リユースのわ	29 	30
10・18・19・20・21日はプログラムの為、10:00 ~ 11:30の入室は不可になります。						



### 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ぶよ！運動靴必須



### PokaPokaTime

4日(火) ☆ SP ☆ 14日(金)・24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！

※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♪みんなと一緒に

お祝いしよう★6月生まれのお友達、集まれ～！



### Story Time

23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。



### 保育園であそぼう

11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。

☆6月25日(火)は園庭開放があります。

参加者は園に電話でご予約をお願いします。



### ママに知ってほしい

「赤ちゃんのお口や姿勢の話」

21日(金) 10:00 ~ 11:00

「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・鼻詰まり、いつも機嫌が悪い…心当たりがある方はぜひ1度参加してください。(プレバパ・ママ大歓迎)

6/27(木)  
28(金)

次はだれが着てくれるかな？

## リユースのわ

お子さんの小さくなった  
衣服や小物を皆さんで  
リユースしませんか？

時間：10:30 ~ 12:00 対象：ひろば利用者(プレバパ・ママ大歓迎)

\*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3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。

リユース品回収について：ひろばにて随時回収中(10:00 ~ 17:30)

\*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。



## ひろばからのメッセージ

緑がきれいな季節ですね。雨が降り様々な植物や虫たちも顔をのぞかせています。お天気が良い日はお散歩の途中や、公園で身近な自然をよーく見てみると楽しい発見があるかもしれませんね。そして雨が降る日にはぜひプラザに遊びに来てください。楽しく遊べるヒントや、思いっきり体を動かせるプログラムを用意して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〉

0歳コーナーで遊んでいた、7か月の男の子。ずりばいで外に出てきました。すべりだいの近くでずりずりしていると、階段の上にあるおもちゃを見つけ、はいあがってあつという間に一番上まで上りることができました。「えっ登れるのー」とママはびっくり！お子さんのすごい力を見せてもらった瞬間でした。(指田)

### 〈今月のおすすめ〉 ～フィンガーペイント

フィンガーペイントとは、直接手に絵の具をつけて絵を描く技法です。手や指、全身を使うことで五感が刺激され、想像力が養われたり、いつもは禁止されている「汚す行為」で、ストレスの解消になったり、気持ちが安定したりとたくさんの効果が得られる感覚遊びです。…でも片付けの事など色々考えるとなかなかやりづらい方もいらっしゃると思います。そこで絵具を垂らした画用紙をジップロックに入れて、袋の上からムニムニ触ってみると汚れずにフィンガーペイントが出来ます！不思議な感覚を楽しみながら汚れずにできるので、雨の日のおうち遊びに是非やってみてください♪(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。

6/5 (水)

## ぐちゃぐちゃ遊び

おうちではできないダイナミックな規模で、ぐちゃぐちゃになって遊びます！今回は新聞紙やカラーペーパーをちぎったり濡らしたり…梅雨の季節を感じる事ができる楽しい内容になっています♪

時間：10:30～11:20

対象：ひとり座りができる子～3歳11か月の乳幼児とその保護者

定員：10組 講師：森井菜々子先生（日本乳幼児教育協会 ぐちゃぐちゃ遊び認定講師）

申込：6月1日 ※区外の方は6月4日～



6/10 (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：6月1日～



6/12 (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：6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）



6/13 (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「パラバルーン」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：6月1日～ ※区外の方は4日～



6/18 (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：6月1日～



6/19 (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：6月1日～



6/20 (木)

## 座談会「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！質疑応答も自由にOK！これからもっと暑くなる前に…お話を聞いてみませんか？

時間：10:30～11:30

対象：0～未就学児のお子様とその保護者

定員：なし

申込：6月1日～ ※区外の方は4日～



6/23 (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「パラバルーン」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ゃいましょう！

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



## プログラムレポート

### 日曜だよ！親子で遊ぼう 4月14日 (日) 実施

今月は「素材あそび」。素材遊びってなーに？質問がありました。今回は新聞でしたが、段ボールやスズランテープ、布などを使って素材の持つ特性を生かした遊びを実施しています。今回は新聞を広げたり、折りたたんだり、持って走って風を感じたりしました。1番の盛り上がりは「新聞びりびり！」破いた新聞をプールに集め皆でジャポーン！一緒に入りました。放課後 Time は大人だけでバドミントン！パパたちがとても上手でラリーが何十回も続きました。たくさん汗もかいて良いリフレッシュになったのではないのでしょうか♪ (指田)



### 親子ヨガ 4月24日 (水) 実施

2か月に1回の恒例プログラム「親子ヨガ」。新年度1回目から大盛況でした！親子で楽しくステップを踏んだり、抱っこしたままエクササイズも！？少しお子様から離れて呼吸を整える時間も、参加したママ達からは「思ったよりハードだったけど楽しかった！」「久しぶりに体を動かさせて嬉しい！」という声や、翌日には「筋肉痛になりました！」なんて声も。ハイハイやあんよが好きで、レッスン中に離れて行ってしまおう子様は、スタッフがしっかり見えていますので、運動してリフレッシュしたい保護者の方は是非ご参加ください☆ (佐藤)

