

# あざぶぽかぽか

2025年  
February

## 2月号

### こそだてひろばのご利用案内

- 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。

月	火	水	木	金	土	日
5・7・14・17・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。					1 1 自転車	2 2
3	4 ★SP★ 太陽	5 Babyちゃん Time	6	7 赤ちゃん	8 えいごでうたおう 自転車	9 日曜だよ! 親子であそぼう!
10 太陽	11 休館日 (建国記念日)	12 ♡	13 ASOBOO Time	14 赤ちゃん	15 自転車	16 産後ケア 本
17 おしゃべりカフェ	18	19	20 太陽	21	22 ぐちゃぐちゃ遊び 自転車	23 休館日 (天皇誕生日)
24 休館日 (振替休日)	25 身体計測	26	27 リユースのわ	28 リユースのわ	29 妖怪	30 妖怪

### 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ぶよ! 運動靴必須


**PokaPokaTime**  
4日(火)★SP★10日(月)・20日(木)  
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★2月生まれのお友達、集まれ~!

**Story Time**  
16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**  
14日(金) 10:30 ~ 11:30  
今月のワンポイントアドバイスは「オムツの外し方」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!

**保育園であそぼう(本村保育園)**  
12日(水)  
10:00 ~ 11:00 自由あそび・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。本村保育園にひろばスタッフも一緒に遊びに行きます♪

**ママに知ってほしい**  
「赤ちゃんのお口や姿勢の話」  
7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。

**高校生自主企画** えいごでうたおう   
高校生のお姉さんたちと英語で歌を歌ってみよう♪  
日程: 2月8日(土) 時間: 14:00 ~ 14:30  
場所: 休憩スペース 対象: 幼児~小学生



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?  
\*お子様のサイズがあれば、好きなものをお持ち帰りください。  
(一家族3点まで)

日時: 2月27日(木)・28日(金) 10:30 ~ 12:00  
場所: こそだてひろば  
対象: こそだてひろば利用者(プレパパ・ママ大歓迎)  
\*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  
回収日時: 随時回収中(10:00 ~ 17:30)



### ひろばからのメッセージ



2月3日は立春。暦の上ではもう春になりますが、まだまだ寒い日が続いていますね。今年の冬は雨が少なく、晴れていれば日向はポカポカして気持ちのいい気温になっています。外遊びを存分に楽しむチャンス! たくさん身体を動かして遊びましょう☆大人は腰が重いかもしれませんが…日陰が伸びて寒くなったら、ひろばに温まりに来てくださいね♪(佐藤)

### 〈ある日のひろばから〉

ひろばで遊んでいた仲よし姉妹(6歳、4歳)。2人で一生懸命作ったソフトブロックのタワーに興味津々の1歳児が近づき…ドーン!!と壊してしまいました。それでも怒ることなくせつせつと修理して…また壊され…途中から壊されるのも楽しくなった様子で、最終的には1歳児のために作ってあげている様子でした。また他の日には5歳児が0歳児に同じようにドーン!と壊されて…こちらは帰るまでずっと泣いていました。悔しかったんだなあ、ママとスタッフで笑ってしまいました。一緒に上手に遊ぶことが大切なのではなく、異年齢の子どもとの関りで嬉しくなったり悲しくなったり、たくさん経験して大きくなることに意味がありそうです♪(佐藤)

### 〈今月のおすすめ〉

#### 絵本「おにのパンツ」

「おに~のパンツは良いパンツ~♪」誰もが聞いたことのあるわらべうた☆かわいいオニのイラストつきで歌詞が書かれています。親子で歌いながら踊りながら楽しく読んでみませんか?♪(佐藤)



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。  
プログラム毎の申込開始日を下記よりご確認ください。  
※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。

## 2/5 (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：1月25日～



## 2/9 (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)  
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：1月25日～ ※区外の方は28日～

## 2/13 (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。

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：2月1日～ ※区外の方は4日～



## 2/16 (日) カップル向け！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、ぜひお勧めです！一緒に汗を流しましょう。

時間：10:30～12:00 定員：6組  
申込：2月1日～ ※区外の方は4日～  
対象：ひろば利用の父親と母親 ★生後6か月以下の乳児のみ同伴可  
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)

## 2/17 (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：2月1日～



## 2/25 (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  
申込：2月1日～ ※区外の方は4日～



## 2/22 (土) ぐちゃぐちゃ遊び

普段はできないダイナミックな規模でのぐちゃぐちゃ遊び(絵の具を使用したアート活動)を親子で楽しみましょう！

時間：10:30～11:30 定員：15組  
対象：ひとり座りができる子～未就学の乳幼児親子 (※実施日時点)  
講師：森井菜々子 (日本乳幼児遊び教育協会ぐちゃぐちゃ遊び認定講師)  
申込：2月1日10:00からHPの申し込みフォームで受付(電話不可)  
※区外の方は4日～



ぐちゃぐちゃ遊びの  
フォームはこちら↓



## プログラムレポート

### 「クリスマス会」

12月22日(日)実施

みんなが楽しみにしていたクリスマス会♪ソリに乗ってパパママやお友達に引っ張ってもらったり、白いお手玉で雪投げごっこをしたり、トナカイの角に輪投げをしたり…他にもたくさんのクリスマス遊びを親子で楽しみました。年齢によって興味が湧く遊びもそれぞれで面白かったです☆そして今年のサンタさんは、なんと2歳の可愛いアシスタント付き！？実は、正体はひろばにいつも遊びに来ているパパさんでした★優しいサンタさんにプレゼントをもらって、みんな笑顔で帰って帰りました。子どもに慣れているサンタさんだったので、抱っこをしてもらう子も多かったですね。たくさんのご参加ありがとうございました！(佐藤)



### 「Baby ちゃん Time クリスマス SP ☆」

12月25日(水)実施

こちらは6か月以下限定のクリスマス会。クリスマスのおふれあい遊びをして、絵本を見て楽しみました。サンタさんの登場には、今年は誰も泣かず！ママたちの「わあ～」という声に盛り上げていただきました(笑) 写真を撮りあいつこしたり、双子ちゃんの抱っこをお手伝いするママもいたり、みんなと一緒に楽しむ空間が生まれていました☆6か月以下の赤ちゃんのみが集まるBaby ちゃん Time。毎月開催していて、普段はベビーマッサージやわらべ歌の紹介をしていますので、ご参加お待ちしております♪(佐藤)

