# あざぶ隠かぽか

2025年

## •• こそだてひろばのご利用案内 •••••••••••••••••

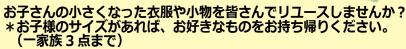
- ●開室時間 10:00 ~ 18:00 ※ 13:00 ~ 13:30 は消毒換気のため、ご利用いただけません。
- ●時間制限や定員などはありません。(室内が混雑している際は入室をご遠慮いただくことがあります)
- ●飲食について
  - ・飲料の持ち込みは衛生上、水筒もしくはペットボトルに限ります。
  - ランチタイム(11:30 ~ 12:30)のみ親子でのお食事が可能です。 詳しくはひろば内掲示または HP をご覧ください。

月	火	水	木	金	土	日
<u>5・7・14・17・25 日はプログラムの為、</u> 10:00 ~ 11:30 の入室は不可になります。					1	2
3	4	5 Baby ちゃん Time	6	7	8 えいごでうたおう	9 日曜だよ! 親子であそぼう!
10	11 休館日 (建国記念日)	12	13 ASOBOO Time	14	15	16 産後ケア
17 おしゃべりカフェ	18	19	20	21	22 ぐちゃぐちゃ遊び	23 休館日 (天皇誕生日)
24 休館日 (振替休日)	25 身体計測	26	27 リュースのわ	28 リユースのわ	Y DI	



## 次はだれが着てくれるかな?





日時:2月27日(木)・28日(金)10:30~12:00場所:こそだてひろば別外: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)

## 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

. . . . . . . . . . . . . . . .

<mark>た PokaPokaTime</mark> <u>4日(火)☆ SP ☆</u>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♪みんなで一緒に 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!

保育園であどぼう(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。

# えりはでうほかう

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

## 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レ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良し姉妹(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っせと修理して…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。悔しかったんだなぁと、ママとスタッフで笑ってしまいました。一緒に上手に遊べる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)



ひろば申込み フォームはこちら↓

- 定員の記載があるプログラムは<u>先着順</u>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

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 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。

間:10:30 ~ 11:30 象:0~2歳の乳幼児とその保護者 込:2月1日~

# 2/25 (火)

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

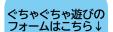
対 象:ひとり座りができる子~未就学の乳幼児親子 (※実施日時点)

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)

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~







## 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いきました。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 ☆」

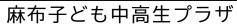
12月25日(水) 実施

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)写真を撮りあいっこしたり、双子ちゃんの抱っこをお手伝いするママもいたり、みんなで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

をしてい ますので ご参加お 待ちして います♪ (佐藤)







http://azabu-plaza.jp



〒 106-0047 開館時間 休館日

港区南麻布 4-6-7 TEL:03-5447-0611 (おかけ間違いにご注意ください) 9:30 ~ 20:00 (こそだてひろばは 10:00 ~ 18:00 です) 国民の祝日・12月31日~1月3日