

# あざぶぽかぽか

2025年 December 12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
1 ☆SP☆	2	3	4	5	6 ララ♪ リトミック	7
8	9	10 親子ヨガ	11	12	13	14 おはなし会 SP 「人形劇」
15	16	17 ハンドベル コンサート	18	19	20 HAPPY ☆ クリスマス会	21
22 おしゃべり カフェ	23	24 Baby ちゃん Time	25	26	27	28
29 特別開館 (9:30 ~ 17:00)	30 特別開館 (9:30 ~ 17:00)	31 休館日 (大晦日)	12・19・22・23・24日はプログラムの為、 10:00 ~ 11:30 は参加者のみ入室が可能になります。			

●29日(月)・30日(火)は特別開館となるため、9:30~17:00(こそだてひろば 10:00~17:00)開館となり、一部使用できない部屋もあります。  
●2025年12月31日(水)~2026年1月3日(土)は年末年始のため休館となります。

## フリープログラム



### PokaPokaTime

1日(月)☆SP☆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!  
※月初めての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★12月生まれのお友達、集まれ~!



### 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  
※雨天・猛暑の場合中止となります



### 保育園であそぼう(本村保育園)

9日(火)  
10:00 ~ 11:00 子育て相談 / 11:00 ~ 11:10 あそびの紹介  
ひろばスタッフと一緒に本村保育園に遊びに行きます☆園の様子が見られたり、先生に子育て相談もできます。園児さんが普段楽しんでいる遊びの紹介もあります。



### 身体計測

23日(火) 10:00 ~ 11:15  
身体計測や手形・足型とりを行います。  
※保健師さんへの発育相談は奇数月のみ実施します。  
協力: 港区民生児童委員



### 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「手袋・靴下は必要?」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!



### 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。



### Aza Book Connect

火・木曜日 12:30 ~ 16:30  
土曜日 11:00 ~ 15:00  
絵本の貸し出しを実施しています。



### ママに知ってほしい

「赤ちゃんのお口や姿勢の話」  
19日(金) 10:30 ~ 11:30  
「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。(プレババママ大歓迎)

## おはなし会 SP ~ぱびぷぺほ劇場~

ぱびぷぺほ劇場による人形劇の公演です。  
親子で一緒にお話の世界を楽しみましょう♪  
日時: 12月14日(日) 14:00 ~ 15:00  
場所: ゆうぎ室 対象: 幼児~小学校低学年 ※申込は不要です



## ハンドベル クリスマスコンサート

赤坂ベルクワイアによるクリスマスハンドベル演奏会です。演奏に合わせてみんなで一緒にクリスマスソングを歌おう!ぜひ来てね♪



日程: 12月17日(水)  
時間: 14:15 ~ 15:15  
場所: アリーナ  
対象: 全来館者  
(主に未就学児や乳幼児連れの親子)  
協力: 赤坂ベルクワイア



## ひろばからのメッセージ

毎年この時期になると、もう年末!?!と驚いてしまいます。2025年はどんな年だったでしょうか。歩く、話す、食べるなど、子どもたちはでこの1年でできることが増え、ぐんと成長したと思います。1年間の写真を見返して振り返ると、大人も変化があるかもしれませんね。この1年ひろばで遊び、プログラムにご参加くださり、ありがとうございました!今年最後のプログラムは「すすはらい」です。スッキリ良い気持ちで年を越しましょう~☆(堤)

### 〈今月のおすすめ〉「絵本:ぐりとぐらのおきやくさま」

自分が子どもに、どんな物をクリスマスにプレゼントしたいのか考えるきっかけになる絵本でした。ぐりとぐらが雪の上で見つけた足跡を辿っていくとお家に着きます。家の中にある誰かのコートやマフラー...いったい誰の?と子ども達と考えながら物語を進めていくと、最後には真っ白なおひげのおじいさんが出てきます。おじいさんはぐりとぐらに、ケーキを渡して帰ってしまいますが、その後、友達が集まりクリスマスパーティーが始まります。  
おじいさんがプレゼントしてくれたのは、目の前にあるケーキだったのか、友達が集まるパーティーだったのか。ぜひ、読んでみてください。(都築)



### 〈ある日のひろばから〉

とっても秋らしい服を着て遊びに来てくれた1歳の女の子。ママがスタッフに「この服、リユースのわでもらったんです!」と教えてくれました。似合っているね~と話していると、近くで遊んでいた2人の男の子のママも「うちもリユースでもらった服です」と!初めて会うママでも、共通点があると話が弾んで楽しそうでした♪プログラムの感想や後日談を聞くと、スタッフも嬉しい気持ちになります!またひろばで会えますように。(堤)



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。



## 12/6(土) ラララ♪リトミック

楽器の音に合わせて、  
親子で一緒にリズム遊びを楽しもう！！



日程： 12月6日(土)  
時間： 10:30～11:30  
場所： ゆうぎしつ  
対象： 3歳～未就学児とその保護者  
定員： 15組  
申込： 11月22日(土) 10:00 からHPの  
申し込みフォームで受付(電話不可)  
※申込完了時点で参加可能となります。  
講師： 鈴木 視莞(武蔵野音楽大学ピアノ学科 リトミック講師)

## 12/10(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！

日程： 12月10日(水)  
時間： 10:30～11:20  
場所： アリーナ  
定員： 25組 ※定員になり次第受付終了  
対象： 6か月以上の乳幼児とその保護者  
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)  
申込： 12月1日～



## 12/20(土) HAPPY ☆クリスマス会

みんなで一緒にクリスマス製作や楽しいゲームをしたり…♪  
サンタさんにも会えるかな??

日程： 12月20日(土)  
時間： 10:30～11:30  
対象： 6か月～未就学の幼児親子  
場所： アリーナ  
定員： 50組 ※定員になり次第受付終了  
申込： 12月1日  
※申込完了時点で参加可能となります。

## 12/22(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： 12月1日～  
※申込完了時点で参加可能となります。



## おしらせ

### おもちゃライブラリーリニューアル!

指先を使うおもちゃや英語を話すおもちゃなど、新しいおもちゃが増えました!ぜひプラザで借りて、お家で遊んでね♪  
費用：無料  
貸出期間：2週間  
対象：0～3歳のお子様がいる家庭

### ちいポラがやってくる!

ちいポラとは!?  
ひろばで「お手伝いをしたい!」という小学生にボランティアとして活動してもらうプログラムです。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下さると嬉しいです。

## 12/24(水) Babyちゃん Time

おうちでもできる赤ちゃんのマッサージや親子ふれあい遊びの紹介、月齢の近いお友達のパパママ同士でおしゃべりをして楽しむ時間です。12月はクリスマススペシャル☆サンタさんにも会えるかも…?!

時間： 10:30～10:50  
対象： 6か月以下の乳児とその保護者  
申込： 12月1日～  
※申込完了時点で参加可能となります。



## プログラムレポート

### ベビーとママの朝ヨガ 10月27日(月)実施

6ヶ月から1歳6ヶ月の子と保護者を対象とした「ベビーとママの朝ヨガ」は、毎年、有栖川宮公園と共催で、こころ先生に来ていただき、実施しています。ママと赤ちゃんのペースに合わせて、ママ一人でヨガをする時間と赤ちゃんと一緒にヨガする時間とあり、ゆっくり身体を動かしていきました。終わった後のすっきりした顔のママたち!リフレッシュできたようでした。

さて、12月は対象年齢を少し広げた高橋先生に来ていただく「親子ヨガ」があります!リフレッシュして年越ししたい方、ぜひご参加ください!(都築)

### ちびっこハロウィンパーティー 10月31日(木)実施

10月に入ってから少しずつ装飾を増やしてきたハロウィン。当日は曇り空でしたが、カボチャやキャラクター、動物などの仮装をしてたくさんの親子が遊びに来てくれました!普段着がいい子、気にせず遊ぶ子、脱げてしまう子など、反応も色々。当日だけの遊びやねんね・おすわりのフोटスポットも登場☆カボチャのバッグを作りお菓子をもらったら、今年はひろばの外でシールラリー!意外と広い!?学童室と、毎日15時まで幼児コーナーのあるアリーナを巡ってお菓子をもう一つもらった人も多くいました。プラザには、ひろば以外にもいろいろなお部屋があります。気になるお部屋があればスタッフにお声掛けください♪12月のクリスマス会もお楽しみに☆(堤)

