

## トワイライトステイより

ママ 「じゃあ行ってきまーす」  
スタッフ 「行ってらっしゃーい」  
子ども 「うう、ママ〜…」

17時から22時という一日の終わり、だんだん日  
が暮れてくる頃、トワイライトステイは始まります。

最近、利用が始まったもうすぐ2歳の男の子。ママとお別れするときは、涙、  
涙…でしたが、お部屋に入っておもちゃを手にすると笑顔になりました。くるく  
るチャイム、チェーンリング、大型バスなどなど…遊び出したら、あっという間  
に夕ごはん。一時あずかりやショートステイの子どもたちとみんなで食卓を囲む  
こともしばしばです。夕食後はのんびり遊んだり、絵本を読んでもらったり、眠  
くなってきたらごろごろして、ゆったり過ごします。  
あたたかく楽しい雰囲気を作って、ここが自分の居場所のひとつなんだと感  
じられるよう、スタッフみんなで奮闘中です。



平成22年度

# pokke



7月

## おひさまだより

みなと子育て応援プラザ Pokke

TEL: 03-6435-0411

HP: <http://www.pokke.info>

No. 12



## キッチンより

～食中毒を防ぐお弁当作り～

お弁当を食べるのは作ってからずっと後。暑くて腐りやすいこの時期、  
調理や詰め方には細心の注意が必要です。

### ●ご飯・おにぎり・サンドイッチ

- ・おにぎりは握る前によく手を洗いましょう。ラップで握ると清潔です。
- ・味付けしたご飯や具が入っているものは、傷みやすいので注意。
- ・サンドイッチは時間が経つと、具の水分がパンにしみこんでしまいます。  
夏の間はできるだけ避けましょう。

### ●おかず

- ・必ず中まで火を通します。ハンバーグや唐揚げなど、表面だけ見ても中ま  
できちんと火が通っているかわからないものはとくに注意。前日の残り物  
でも、もう一度火を通しましょう。
- ・水分が出るものは避けましょう。

### ●詰め方

- ・十分冷めてから詰め、ふたをしましょう。
- ・ご飯とおかずが接していると傷みやすくなります。できれば別々の容器に  
入れるようにしましょう。
- ・ドレッシングやソースなどは別容器に入れて、食べる直前にかけるように  
します。

その他に、基本の手洗いはしっかり。お弁当箱、  
まな板、ふきんはよく洗って清潔にしましょう。  
保冷剤やクーラーバッグなども上手に利用しましょう。



## げんきタイムのお知らせ

7/31(土)午後 うたえもん

## パパカフェ

7/3, 10(土) 12:00~15:00



## 会員登録の更新 について

Pokke 会員登録の有効期間  
は1年間です。登録月の前  
月から手続きを受け付けま  
す。手続き期間については、  
順次ひろば掲示板やHPな  
どでお知らせしますので、  
ご確認ください。※再発行  
した方は旧登録番号での更  
新になります。期間を過ぎ  
た方やご不明な点がある方  
は、スタッフまでお声かけ  
ください。

7/16(金) 13:30~14:15

Pokke オープントーク

みなさんと Pokke について気軽なおしゃべりをしています

7/18(日) 地域開放デー

9:30~16:30

子育て支援に関心をお持ちの地域の方を対  
象に地域開放デーを設けました。どうぞお気  
軽にご来館ください！(入館の際に身分証明  
をお願いする場合があります)

※今月は午前から開放します

## 7月のお休み

子育てひろば 4(日)、11(日)、17(土)、25  
(日)

## 8月のお知らせ

8/14(土) 全館停電 13:30~15:00

※一時あずかりは7:15~13:00まで利用可能  
事務は9:00~13:00まで

8/13(金)、14(土)、15(日) ひろば休み

# ☆子育てひろば 7月のスケジュール

※ 水曜日午後は就学前のお子さんの利用ができます

	月	火	水	木	金	土	日
	※第3水曜は計測日(身長体重) 10:30~11:30/13:30~15:00			1	2	3	4
午前	※📖 読み聞かせ 11:45~/16:00~			布の絵本 づくり 講座			
午後	※育児相談：無料、予約制 ※誕生会：11:00~			☕	☕	☕	休
	5	6	7	8	9	10	11
午前	ベビー マッサージ	誕生会	ケーキ カフェ				
午後		📖 育児相談	🍰 ひろば幼児 ♪♪	☕	☕	☕	休
	12	13	14	15	16	17	18
午前	手作りおもちゃ			夏のおたのしみ会			父親講座
午後		📖 育児講座 育児相談	ひろば幼児	☕ 妊産婦見学会	☕ オープントーク	休	☕ 開放デー
	19	20	21	22	23	24	25
午前		メイク講座	計測日	避難訓練	子育てサロン		
午後		📖 育児相談	ひろば幼児	☕	☕		休
	26	27	28	29	30	31	
午前		メイク講座					
午後		📖 育児相談	ひろば幼児 ♪♪	☕	☕ フラ講座	うたえもん	

※ ♪♪：水曜日の午後のげんきタイムは“うたのお兄さん”です

※ 布の絵本づくり、ベビーマッサージ、フラ講座の申し込みは終了しました

**7/12(月) 手作りおもちゃ**  
～ペットボトルのふたで  
絵合わせ・色合わせ～

時間 10:00~11:30  
参加費 無料  
定員 15名  
場所 ひろば



**7/15(木) 妊産婦 Pokke 見学会**  
～子育てひろばを見学に来ませんか？  
先輩ママとお話できる機会です～

時間 13:00~15:00  
申込み 電話でお申し込みください  
(☎03-6435-0411)  
※当日参加も受け付けています

**7/13(火)**

**育児講座 ～楽しく子育て～**  
時間 13:30~14:30  
場所 トワイライトの部屋  
定員 10名(同室保育)  
講師 Pokke 施設長 片岡 輝  
参加費 無料

♪夏のおたのしみ会

**7/15(木)**

布の紙芝居「なにぬの屋」が  
やって来ます！  
詳しくはポスターチラシを  
ご覧ください



**7/18(日) 父親講座**  
～ダッチオープンでおいしいものを  
作って食べよう！～

今回はお父さん以外の参加も大歓迎!!  
お子さんも一緒に  
楽しみましょう♪  
時間 11:00~12:30  
参加費 大人ひとり500円  
定員 大人20名  
申込み 7/1(木) 9:30~先着順

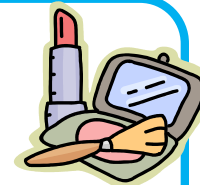


**7/23(金)**

**子育てサロン**  
～日々の喜びや悩みを一緒に  
語り合いませんか？～  
時間 10:30~11:30  
参加費 無料  
※どの月齢のお子さんでも  
参加できます  
定員 10名(同室保育)  
申込み 9:30~先着順

**7/20(火)、27(火) メイク講座**

～自分の顔を分析して、なりたい自分に近づきませんか？～  
講師 メイクアップアーティスト 鈴木エリさん  
時間 10:30~11:30 参加費 300円(2回分)  
定員 5名 託児 5名(1人1回800円×2回=1600円)  
申込み 7/2(金) 9:30~先着順



※ひろばでは七夕にむけて短冊飾りを書いてもらっています。～7日まで