

令和3年10月20日発行

**pokke**



みなと子育て応援プラザPokke  
港区芝5-18-1-102  
TEL: 03-6435-0411  
HP: <https://minato-pokke.com/>

# 11月 おひさまだよ!

No.157

## たのしいお散歩の季節到来♪

過ごしやすい気候になりましたね。Pokkeは暑さが収まった9月中旬より、お散歩を再開しました。秋になると熱中症などの心配もなく、少し遠出してお散歩に出かけられます。秋一番の久しぶりのお散歩はみんな嬉しそうでしたよ。外に出れば「新幹線だー!」「ここ来たことあるよー!」と話が絶えません。その日の行先は芝浦公園。3歳以上は広い芝生で大縄跳びやボール遊び。木に縄を結び付けると回し手が1人でよくなるね。と自分達で工夫して遊ぶ姿にたくましさを感じます。芝浦公園には、子ども達が登って遊べる白い山があります。2歳以下の子ども達は喜んで山に登ります。その日は他に利用している方が少なく、「追いかけて〜♪」とキャッキヤと思う存分走り回る事ができ、笑顔が絶えませんでした。帰り間際、ピオトープに向かう男の子が3人。「お魚いないかな…?」と探し回るのが見えずらく中々見つかりません…しばらく探しているとやっと魚の群れを見つけ「いたー!」「見つけたよ!」と嬉しそうに教えてくれました。その日は決して暑い日ではありませんでしたが、帰る頃には皆汗びしょびしょ「帰りたくない!」という子ども達にまた行こうねとお話しました。この秋はたくさんお散歩に出かけようと思います。

保育 樋口



## 2021年度 Pokke子育て支援者養成講座

Pokkeと一緒に学びませんか?講座受講後は、Pokkeのひろく、ひろば・カフェなどで一緒に活動して頂くことも可能です♪

日時:【講義】令和3年11月11日(木) 9:15~16:00

【実習】講義・修了式とは別日となります  
ひろば・保育(各3時間ずつ計1~2日実施)

【修了式】令和3年12月14日(火) 10:00~11:30

場所: みなと子育て応援プラザPokke

持ち物: 筆記用具・(実習時)動きやすい服装

対象者: 20歳以上の方(年齢の上限はありません!)

☆子育て・孫育て中の方、学生さんも大歓迎!

妊娠中の方も受講可能です! ☆

定員: 6名 受講料: 500円(資料代)

託児: あり(定員3組※のこり一枠: 詳細は別途ご案内致します)

申込み: 令和3年10月1日(金)9:30~\*電話申込み可

お問合せ・お申込み: 03-6435-0411(平日9:00~18:00)

担当: <事務>今井 <ひろば> 桃井

お気軽にお問合せください。お待ちしております!

## おひさまサロンってどんな話をしてるの?

おひさまサロンとは、子育て中の日々の喜びやお悩み等を皆であつまりお話する会です。会の最後には手遊びや絵本、ふれあい遊び等を楽しんでいます♪

今回は、今までのサロンで出たお話をシェアします!

### ▼悩ましい離乳食

- 野菜を食べなくて困っている。何か工夫ありますか?
- 手づかみで食べたがったり、スプーンで食べたがったりするが、皆さんはどうですか?
- 外出先での離乳食、市販の物どれくらい使ってますか?
- 離乳食何を参考にしていますか?見るものによって情報が違って何が正しいのかわからない…



### ▼いつやるか?いつまでつづくか…?

- なんでも舐めるのだけど、この行動はいつまで続くのかな?
- 1歳が近づいてきているから、そろそろ断乳したい!
- 歯磨きを始めるタイミングに悩んでいます。

### ▼どう過ごしてる?

- 6か月なんですけど、お家でどんな遊びをしていますか?
- 生後3ヶ月の時、どう過ごしてました?何もせずに1日が終わってしまって…
- コロナ禍で、おうち生活が長いですが、どうしてますか?
- お昼寝30分くらいで終わっちゃってゆっくりする時間がない…皆さんどうしてる?



ひとりでモヤモヤ…でも誰かに聞くほどでもないかな…?ということも皆でお話してみませんか?ご予約お待ちしております!



## 今月のCafe・健康体操はおやすみです

コロナ感染予防の為、ランチタイム、コミュニティカフェ、よるカフェ、健康体操はしばらくの間、おやすみです。楽しみにしているみなさん、ごめんなさい。

## ひとりで抱えこまないで大丈夫

いつでもご相談ください。



面談・電話・訪問など、みなさんの状況に応じ対応致します  
お気軽にお問い合わせください

また、ひろばでは日常的にいつでもご相談受けいたします

電話相談: 毎週金曜(祝日休み) 9:00~17:00 無料

Tel:03-6809-3313

育児相談は金曜の相談日以外でも受付しています

対応内容は、より良い支援の為に会話を録音させていただきます  
ご了承下さい

訪問相談: 毎週水曜(祝日休み) 10:00~12:00 (内1時間)

Tel:03-6809-3313

来館ができない方対象。ご自宅に訪問し、子育ての相談に応じます  
料金: 1,500円(交通費+技術料)

## お願い

- 来館時、大人の方は  
マスク・靴下の着用をお願いします。



## お休み

- 子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜・年末年始  
11月14日(日),28日(日),30日(火)
- 乳幼児一時あずかり 第4火曜・年末年始  
11月30日(火)

# 子育てひろば 11月スケジュール



読み聞かせ

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3(祝)	4	5	6
午前			①おひさまサロン				
午後							
	7	8	9	10	11	12	13
午前		⑥Pokke/ハンズ			支援者養成講座		
午後			⑦油絵講座	②おひさまサロン			
	14	15	16	17	18	19	20
午前	休			計測の日		かんがるーくらぶ	
午後		③おひさまサロン					
	21	22	23(祝)	24	25	26	27
午前						お誕生会	⑤パパサロン
午後				④おひさまサロン			
	28	29	30				
午前	休		ひろば 一時あずかり 休				
午後		⑧バレエストレッチ					

## 11月もぽっけで楽しみましょう♪

### ①②③④ おひさまサロン

月齢の近いお子さんのパパママで集まりませんか？手遊び・わらべうた・読み聞かせ、日々の喜びや悩みを一緒にお話ししましょう♪  
※沢山の方に参加して頂くため、サロン予約は原則1回でお願いします。

【対象】

- ① ~6ヶ月 …11/ 2(火) 10:30~ 11:00
- ② どなたでも参加OK …11/10(水) 14:30~ 15:00
- ③ 7ヶ月~1歳6ヶ月 …11/15(水) 14:30~ 15:00
- ④ ~6ヶ月 …11/24(水) 14:30~ 15:00

【定員】 5名ずつ 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし  
【申込み】 ひろばの予約開始日から受付ます。

### ⑤ パパサロン 11/27(土) 10:30~11:00

10月ご予約殺到したパパサロン。パパ同士で集まって子育てについての話しする会です。手遊び・わらべうた・読み聞かせ、日々の喜びや悩みを一緒にお話ししましょう♪

【対象】 Pokke会員の保護者の方

【定員】 5名 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし  
【申込み】 11/11(木) 9:00~

## ひろばは完全入替制、かつ事前予約制です。

予約方法：来館、電話

ひろば予約専用電話：03-6809-3313

電話受付日：月~土(第4火曜日除く)と第1・第3日曜日

予約受付：9:00~17:00

予約回数：1週間に3回までご利用可能

利用時間：①10:00~12:00 ②14:00~16:00

予約開始日	利用日
10月28日(木)	11月 4日(木)~ 11月 10日(水)
11月 4日(木)	11月 11日(木)~ 11月 17日(水)
11月 11日(木)	11月 18日(木)~ 11月 24日(水)
11月 18日(木)	11月 25日(木)~ 12月 1日(水)

\* 12月2日(木)以降の予約に関しては後日お知らせ致します。  
また、変更がありました場合は、HPにてお知らせします。

\* 右記の時間以外は予約時間内でお食事・おやつ(お子さんのみ)を取ることができます。

毎週金曜日 午後  
第1,2,4水曜日 午前  
第3火曜日 午前

### ⑥ Pokke/ハンズ『シャカシャカ』11/8(月) 10:00~11:30

【対象】 0歳のお子さんの保護者 妊娠中の方

【定員】 4名 【参加費】 600円

【場所】 ミーティングルーム【持ち物】 なし

【講師名】 Pokkeスタッフ 【申込み】 10/25(月) 9:00~

### ⑦ あやさんの油絵講座 11/9(火) 14:30~16:00

お子さんと少し離れてアートに触れませんか？

一時預かりをご希望の方はご相談ください。

【対象】 Pokke会員の保護者の方

【定員】 3名 【参加費】 700円

【場所】 ミーティングルーム【持ち物】 汚れてもよいエプロン

【講師名】 岡部 彩 【申込み】 10/25(月) 9:00~

### ⑧ バレエストレッチ 11/29(月) 14:30~15:00

【対象】 Pokke会員の保護者の方

【定員】 5名 【参加費】 無料

【場所】 つきの部屋 【持ち物】 動きやすい服

【講師名】 藤井 敦子さん 【申込み】 11/18(木) 9:00~

### 計測 保健師相談日

11/17(水)

10:30~11:30



保健師さんが月に1度の計測日の午前中にPokkelに来館。成長・発達・食事など日頃気になる事を相談できます。当日午後にも計測のみ行っていますので、お声がけください。

### お誕生会

11/26(金)

11:00~ 計測・手形

11:30~ お誕生会



11月生まれのお子さんのお祝いです。計測や、お誕生日カードに手形をペタン♪是非ご予約ください。10月参加できなかった方もご参加できますのでお声掛けください♪

### かんがるーくらぶ

3歳児のおともだちが親子で一緒に一年間遊ぶサークルです。身体を動かしたり、工作、リサイクル品で作るおもちゃ、料理など、季節にあった活動、家ではできない遊びを楽しんでいます。

