

令和3年12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/>

# 1月 おひさまだよ!

No.159

あけましておめでとうございます

みなさまにとって素晴らしい一年になりますよう、心よりお祈り申し上げます  
本年もスタッフ一同 笑顔でみなさまのお越しをお待ちしております

Pokkeスタッフ一同

## 新年のお写真撮りませんか? ♪ 1/5(水)~7(金)

2022年は寅年ですね! ということで、トラの被り物を作ってみました~! 1/5(水)~7(金)はフォトコーナーを準備しておりますので、親子で新年のお写真撮りませんか?



## 年末年始休業日のおしらせ

日付	ひろば	一時あずかり	トワイライト	ショートステイ
12/28 火	休			年中無休
29 水	休	休	休	
30 木	休	休	休	
31 金	休	休	休	
1/1 土	休	休	休	
2 日	通常通り	休	休	
3 月	休	休	休	
4 火	休			
5 水	通常通り			

## 5日(水)以降の休業日

- ひろば 第2・4・5日曜・第4火曜 9(日)、23(日)、25(火)、30(日)
- 一時あずかり/トワイライトステイ 第4火曜 25(火)
- ショートステイ 年中無休

ご確認ください!

## 年末年始の保育申込締切について

一時あずかり・トワイライトステイ・ショートステイの申込みは、年末年始休暇(12/31(金)~1/3(月))に伴い通常より早まります。

### 一時あずかり/トワイライトステイ

1/4(火)・5(水)ご利用分: 12/27(月)正午12:00 〆切

### ショートステイ

12/29(水)~1/5(水)ご利用分: 12/18(土)正午12:00 〆切

## 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)

## ● 食事の悩みいろいろ...

● Pokkeに来館されるパパ・ママから食事(離乳食)のお悩み、よく聞かれます。

### ▼ご飯を食べてくれない

● 子どもそれぞれに違いはあると思いますが、食事内容を見直してみるのも1つです。

①食材の硬さ・大きさはあっているか

②おっぱい/ミルクの量や時間は適切か

③おやつをあげすぎでないか

● 野菜を食べてくれないのも、ただ食べ慣れていない可能性もあります。繰り返しチャレンジすると食べられるようになります。

### ▼好き嫌いがある

● 上記にもありますが、食べ慣れていない場合もあるので、慣れていくことが1つです。それでも食べてくれない時は...

①家族が美味しそうに食べている様子を見せる

● 周りの大人が食べている様子を見せると、子どもも「一緒に食べたい」という気持ちになったりします。

②好きなキャラクター(ぬいぐるみ等)と一緒に食卓を囲む  
● キャラクターにも一緒に食卓を囲んでもらうと、食べる意欲が湧くキッカケになります。

③1口でも食べられたことを共に喜び

● 食べられたら「食べられたね」と共に喜んであげることで、「もっと食べたい!」という意欲につながります。

● ご飯を食べないと心配になるし、一生懸命になりますよね。

● 頑張りすぎなくても大丈夫ですよ。全く食べない日が永遠に続くわけではありません。全部手作りである必要はありません。好き嫌いは大人でもありますから、子どもだってあって当然です。とは言われても悩みは尽きないものです。その時はいつでもPokkeスタッフにお声掛けください。一人で悩まず、「どうしていいか...」と一緒に悩みを分かち合い、考えていけたら嬉しいです。

## ● ご協力お願いします

- 大人の方は、靴下・マスク着用をお願いします。
- 健康管理チェック、検温は引き続き実施させていただきます。
- ご本人、家族に体調不良の方がいる時のご利用はご遠慮ください。



## 今月のCafe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Cafe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。



# 子育てひろば 1月スケジュール

読み聞かせ

	日	月	火	水	木	金	土
							1
午前							ひろば 一時あずかり 休
午後							
	2	3	4	5	6	7	8
午前	ひろば あいてます♪ 一時あずかり休	ひろば 一時あずかり 休	休			⑦おひさまサロン	
午後							
	9	10(祝)	11	12	13	14	15
午前	休		①産後ケアピラティス 健康体操			かんがるーくらぶ	
午後			②油絵講座	③おひさまサロン			
	16	17	18	19	20	21	22
午前		④Pokkeハンズ			計測の日	⑤プレママ ちくちくサロン	
午後		⑨おひさまサロン					
	23/30	24/31	25	26	27	28	29
午前	休		ひろば 一時あずかり 休			お誕生会	
午後				⑥パパサロン			

**ご予約が必要なイベントはこちら!** Tel: 03-6435-0411 または、来館にて受け付けています

- ① 産後ケアピラティス 1/11(火) 10:30~11:15  
産後の体をケアしませんか?  
【対象】 2ヶ月~5ヶ月くらいのお子さんをお持ちの保護者の方  
【定員】 5名 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋  
【持ち物】 動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物  
【講師名】 花井 なほさん 【申込み】 12/22(水) 9:00~
- ② あやさんの油絵講座(はじめての方対象)1/11(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】 はじめて油絵講座を受講されるPokke会員の方  
【定員】 3名程度 【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 彩さん 【申込み】 12/22(水) 9:00~
- ③ パパママサロン 1/15(土) 14:30~15:00  
パパとママが集まって子育てについてのお話する会です。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名程度 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし  
【申込み】 12/22(水) 9:00~
- ④ Pokkeハンズ『いないいないばあ』1/17(月) 10:00~11:30  
【対象】 0歳1歳のお子さまの保護者  
【定員】 3名程度 【参加費】 200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】 12/22(水) 9:00~

- ⑤ プレママちくちくサロン『スタイづくり』1/21(金) 9:30~11:30  
マタニティさん集まれ! 出産を楽しみにみんなでスタイを作りませんか?  
【対象】 マタニティの方  
【定員】 3名程度 【参加費】 700円(材料費として)  
【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】 12/22(水) 9:00~
- ⑥ パパサロン 1/26(水) 14:30~15:00  
パパ同士で集まって子育てについてのお話する会です。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名程度 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし  
【申込み】 12/22(水) 9:00~

**お誕生会** 1月生まれのお子さんのお祝いです。  
1/28(金) 計測や、お誕生日カードに手形をペタッ♪  
11:00~計測・手形 是非ご予約ください。12月参加できなかった  
11:30~お誕生日会 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** ※年1回の説明会に参加した方がご利用いただけます  
3、4歳未満園児のおともだちが親子で一緒に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。

★出来るだけ多くの方にご参加頂けたらうれしいです♪



## ご予約なしでご利用いただけるイベント♪

- ⑦⑧⑨ おひさまサロン ※予約不要ですが、先着順になります。  
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♪  
【対象】
- ⑦ 10ヶ月~1歳9ヶ月 ...1/7(金) 10:30~11:00
- ⑧ 離乳食について話そう ...1/12(水) 14:30~15:00
- ⑨ ~9ヶ月 ...1/17(月) 14:30~15:00  
【定員】 各日程5名程度 【参加費】 無料  
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし

**計測 保健師相談日**  
1/19(水) 10:30~11:30  
 保健師さんが月に1度の計測日の午前中にPokkeに来館。成長・発達・食事など日頃気になっている事を相談できます。当日午後も計測のみ行っていますので、お声がけください。

**健康体操**  
1/11(火) 10:00~11:30  
場所: ミーティングルーム  
高齢者の方と一緒に歌ったり、身体を動かしたり、おしゃべりをして楽しいひとときを過ごしませんか? どなたでもご参加いただけます!