

令和3年9月20日発行



10月おひさまだより No.156



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/>

Pokkeアニバーサリーウィーク

離れていてもつながっていたい『ぽっけのわ』

10/25(月)、27(水)、28(木)、29(金)、30(土)

Pokkeは10月で13歳になりました。10月には毎年みなさんと一緒にお祝いをしていました。今年はヨーヨー釣りや、おやつの販売、HPにてお楽しみ映像配信など、計画中です。ぜひ一緒にPokkeのお誕生日をお祝いしましょう♪



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のほいく、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：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・川久保

お気軽にお問合せください。お待ちしております！



パパ育児中！ ~大変だけど...~

先日、ひろばに遊びに来ていたパパから「1年間、育児休業を取っている」という話を伺いました。

“実際に、育児休業をとってみてどうだったか”

詳しくお話を伺いました。



育児休暇を男性が取るのは会社で初めてのケース。コロナの影響もあり、取りやすいという状況も後押しし、自身も後悔しないように育児休暇の提案を会社に出し、1年間取ることになりました。

外出時、僕が何をやっても泣き止まない時は、周りに気を使ってしまうし、自分が出産したわけではないので身体は元気だが、寝不足が続くと気が滅入ることもあります。それでも子どもの笑顔は天使のようで、寝返り・首の座り・ウンチをいきむ時の可愛い顔を見ていると、育児休業を取ってよかったなと感じます。

予防注射で必要な書類を書いていると、同じことを繰り返し記入することも多く、“この記入、スマホのアプリで出来ないかな”など、育児する人にやさしくない社会の仕組みに気づきを感じることもありました。

このコロナ禍での育児で、2、3ヶ月外に出られず、娘に話しかけても反応は無く、自分自身も産後鬱に近い状態になりました。しかし女性はそれに加え、産後で身体も辛かったり、パートナーの理解も得づらかったり、という状況が重なる方もいるかと思うと、改めて“女性は本当に凄い…！”と実感しています。

お話を聞かせていただいてありがとうございました。

10/23(土)はパパサロンを予定しています。

パパ同士で集まってお話しませんか？

詳しくは裏面をご覧ください。



キャッシュレス決済 スタートしました！

一時預かり、トワイライトステイ、ショートステイの利用料の支払いに、キャッシュレス決済を導入しました。使用できるキャッシュレスの種類に限りがありますので、詳しくは窓口にてご確認をお願いします。



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頂き
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
10月 10日(日)、24日(日)、26日(火)、31日(日)
- 乳幼児一時あすかり 第4火曜
10月 26日(火)

子育てひろば 10月スケジュール

 読み聞かせ

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前							
午後							
	3	4	5	6	7	8	9
午前		①おひさまサロン				かんがるーくらぶ	
午後				②おひさまサロン			
	10	11	12	13	14	15	16
午前	休	⑥Pokke/ハンズ					
午後			⑦わくわく ワークショップ	③おひさまサロン			
	17	18	19	20	21	22	23
午前				 計測の日		かんがるーくらぶ	⑤パパサロン
午後		④おひさまサロン					
	24 / 31	25	26	27	28	29	30
午前	休		ひろば 一時あずかり 休	⑨baby' sタイム		お誕生会 	
午後		⑧バレエストレッチ					

気になる講座やサロンがあれば、お気軽にスタッフにご相談ください♪

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 7ヶ月～1歳6ヶ月 …10/ 4(月) 10:30～11:00
- ② どなたでも参加OK …10/ 6(水) 14:30～15:00
- ③ ～6ヶ月 …10/13(水) 14:30～15:00
- ④ 7ヶ月～1歳6ヶ月 …10/18(月) 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 10/23(土) 10:30～11:00

普段ママの参加が多いサロン、パパ同士で集まって子育てについてのお話しする会です。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】 つきのへや 【持ち物】 なし
【申込み】 10/14(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
9月30日(木)	10月7日(木)～10月13日(水)
10月7日(木)	10月14日(木)～10月20日(水)
10月14日(木)	10月21日(木)～10月27日(水)
10月21日(木)	10月28日(木)～11月3日(水)

*11月4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』10/11(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】 3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】 9/21(火) 9:00～

⑦ わくわくワークショップ『絵具であそぼう』 10/12(火) 14:30～15:30

親子で楽しくアートを楽しみましょう♪
【対象】 2歳以上のPokke会員のお子さん
※保護者の方は別の部屋でお待ち頂きます。

【定員】 3名 【参加費】 300円
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 汚れてもいい服・着替え
【講師名】 岡部 彩さん 【申込み】 9/30(木) 9:00～

⑧ バレエストレッチ 10/25(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】 10/14(木) 9:00～

⑨ baby' sタイム 10/27(水) 10:00～11:30

お子さんと一緒にふれあい遊びのひとときを♪
【対象】 7ヶ月くらいまでのお子さん
【定員】 5名 【参加費】 無料
【場所】 つきの部屋 【持ち物】 お子さん用バスタオル
【申込み】 10/14(木) 9:00～

計測 保健師相談日

10/20(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。

お誕生会

10/29(金)



11:00～計測・手形
11:30～お誕生日会

10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ッタン♪是非ご予約ください。

かんがるーくらぶ

3歳児のおともだちが親子と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。

