



# おひさまだより



No.121



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



## コミュニティカフェより

第1・2・3火曜日にオープンしているコミュニティカフェは会員の方はもちろん、会員の方以外でもご利用いただけます。お仕事の休憩時間やお家でのお茶の時間をPokkeで過ごしませんか？

週替わりで美味しい軽食や手作りおやつをご用意しています！例えば…炊き込みご飯セット350円

手作りパン 150円～

パンナコッタ 150円など

ご近所のお友達を誘っても、お一人でフラッと立ち寄って頂いても大歓迎です！ぜひ、お待ちしております！

カフェ担当 小此木

## Pokkeひろば運動会 11/3(土) 10:00～11:30

玉入れ・ボンボン送りなど ふるってご参加ください



対象：0～2歳のお子さんと保護者

定員：12組(赤・白6組ずつ)

場所：共有ルーム

持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物

申込み：10/20(土)9:30～ 来館にて

参加費：無料



## Pokke利用者懇談会 11/8(木) 14:00～15:00

ひろばの畳コーナーにて

テーマ「こんな子育て支援があるといいな」

開催当日、参加者のお声かけをさせていただきます



## Café からのお知らせ

### Pokkeカフェ

11/1(木)・8(木)・15(木)・22(木)

毎週木曜(祝日・第5週除く)



- ランチ 600円 15食
- \*保育の給食と同じメニュー
- 当日10:00～受付でチケット販売



- おやつ 14:30～15:30
- つきの部屋で販売

### コミュニティカフェ

11/6(火)・13(火)・20(火)

第1・2・3火曜

12:00～16:00(15:30ラストオーダー)



- 軽食・パン・デザートなど 150円～
- ジュース100円・コーヒー200円など
- 地域の皆さんも利用できるカフェ
- お弁当のお持ち込みも可能

### よる)カフェ

今回は **12/7(金)** 予約制

偶数月第1金曜(4月除く)

- 電話予約可能(ご予約期間：11/7(水)～12/5(水))
- 当日17:45～入館・チケット販売
- 18:00～食事提供
- 12/6(木)の12:00以降のキャンセルは、キャンセル料がかかります
- おとな600円 こども200円(主食・主菜のみ)



☆場所：つきの部屋  
(ひろばは、ご利用いただけません)

☆メニュー、詳細はカフェ通信をご覧ください

### 健康体操

11/6(火)・20(火)

10:00～11:30

場所：つきの部屋

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！

### お誕生日会 11/16(金)

11:00～計測・手形

11:30～お誕生日会

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タン♪是非ご予約ください。

### 計測 保健師相談日 11/21(水) 10:30～11:30

保健師さんが月に1度の計測日午前中にPokkeに来館。成長・発達・食事など日頃気になっていることをご相談できます。当日午後13:30～14:30は計測のみ。

### 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。次回の募集・説明会は2～3月頃の予定です。

### ひろば開放 第1・3日曜・祝日 11/3(土・祝)・4(日)・18(日)・23(金・祝)

Pokke会員以外の方もご来館いただけます。小学生のお子さんとも保護者の方と一緒にどうぞ♪

### 相談

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

#### ・育児相談：毎週金曜 無料(予約制)

育児相談は金曜の相談日以外でも受付しています。

#### ・電話相談：毎週金曜(祝日休み) 9:30～12:00

Tel:03-6809-3313

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)

### お休み

子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜

11/11(日)・25(日)・27(火)

一時あずかり保育 第4火曜

11/27(火)



# 子育てひろば 11月のスケジュール

	日	月	火	水	木 1	金 2	土 3 (祝)
午前	読み聞かせ ランチ カフェ					育児相談 (電話相談は午前のみ)	Pokke運動会 ひろば開放
午後							
	4	5	6	7	8	9	10
午前	ひろば開放	①マタニティヨガ	健康体操 コミュニティカフェ	幼児ひろば	 利用者懇談会	かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後							②わくわくワークショップ
	11	12	13	14	15	16	17
午前	休	③かずこさんの おりがみ講座	④支援者養成講座 コミュニティカフェ	幼児ひろば	 ⑤布絵本講座	お誕生日会 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後							
	18	19	20	21	22	23 (祝)	24
午前	ひろば開放		健康体操 コミュニティカフェ	計測の日		ひろば開放	
午後				幼児ひろば			
	25	26	27	28	29	30	
午前	休		ひろば 一時あすかり 休	幼児ひろば		かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後							

来館にて予約
 電話で予約

## 講座のご案内

- ・講座は申込みが必要です。
- ・講座申込みには事前に会員登録が必要です。
- ・詳しくはひろば掲示板をご覧ください。
- ・講座をキャンセルする場合、返金はできませんのでご了承ください。

### ① マタニティヨガ

11/5(月) 10:00~11:30

こころとからだのリラックスに加えてこれからママになる皆さんや先輩ママとおはなしをしにPokkeへ遊びに来ませんか

- 【対象】 これから出産を迎えられる方(16週~)
- 【定員】 8名
- 【講師名】 つきの部屋
- 【持ち物】 動きやすい服装・バスタオル・水分(体を冷やさないようパーカーやレッグウォーマー等もお持ちください)
- 【申込み】 受付中

### ② わくわくワークショップ「絵の具であそぼう」

11/6(火) 13:30~14:30

- 【対象】 2歳以上のお子さん(母子分離での活動となります) ※保護者の方は館内でお待ち頂きます
  - 【定員】 4名
  - 【講師名】 岡部 彩さん
  - 【場所】 ミーティングルーム
  - 【持ち物】 汚れてもいい服装
  - 【申込み】 10/22(月)9:30~
- ※たくさんの方に経験して頂きたいため、初めての方を優先させていただきます。ご理解ご協力お願い致します。

### ③ かずこさんのおりがみ講座「クリスマスオーナメント」

11/12(月) 10:30~11:30/13:30~14:30

- 【対象】 Pokke会員の保護者・地域会員の方
- 【定員】 午前・午後各4組ずつ
- 【講師名】 Pokkeスタッフ
- 【場所】 かずこさん
- 【参加費】 300円
- 【持ち物】 なし
- 【申込み】 10/22(月)9:30~

### ④ Pokke子育て支援者養成講座

講義: 11/13(火) 9:00~16:00

実習: ひろば・保育 各3時間(計1~2日実施)

修了式: 12/11(火) 9:00~11:30

現代の子育て事情や子どもの発達・あそびについて Pokkeと一緒に学びませんか

- 【対象】 20歳以上の方 子育て・孫育て中の方 学生・妊娠中の方も大歓迎
  - 【定員】 10名
  - 【講師名】 あり(定員4名 詳細は別途ご案内します)
  - 【場所】 ミーティングルーム
  - 【持ち物】 筆記用具・エプロン(実習時) 動きやすい服装
  - 【申込み】 10/12(金)9:30~ (電話での申込みも可能です)
- 詳しくはひろば掲示・ホームページのポスターをご覧ください

### ⑤ 布絵本講座

11/15(木) 9:30~15:30

- 【対象】 Pokke会員の方
- 【定員】 4名
- 【講師名】 岩田文子さん
- 【参加費】 1800円 (材料費+お茶代)
- 【持ち物】 なし (昼食はPokkeランチをご利用頂けます)
- 【申込み】 10/22(月) 9:30~

## げんきタイム

毎日11:45~12:00/16:00~16:15 開催  
皆でひろばに集まり一緒に手遊びしたり踊りましょう♪



## 読み聞かせ 毎週木曜日

木曜日はいつものげんきタイムの中で、大きな絵本・紙芝居・スタッフおすすめ絵本の読み聞かせがあります。

