



No.117

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/>

ケアより



熱い季節になりました。
夏が近くなると気になるのは、こどもを連れて歩く時のこと。
アスファルトからの照り返しの熱は、大人が感じる以上で体温調節機能や汗腺が未熟な乳幼児は体温がすぐに変化します。また乳幼児は、体調の変化を言葉で伝えることが難しいので夏の外出時はこまめに涼しい場所で休み水分補給をしましょう。
顔が赤くなる、触るととても熱い、汗をかかなくなるは危険なサインであることが多いのでこまめに身体をさわるなど注意してよく見てあげて下さい。
水分補給に子ども用のイオン飲料を利用することも良いでしょう。通気性の良い服や熱を逃がす方法を工夫して楽しい夏を過ごしましょう。

看護師 坂井



七夕集会 7/6(金) 11:45/16:00 (げんきタイムにて)
毎年恒例の七夕パネルシアターを行います。
七夕はすでに奈良時代には中国から伝わったお祭りとのこと。
七夕の由来をパネルシアターと一緒に楽しみましょう。



短冊に願いを込めて…☆

七夕のお願いごとを親子で短冊に書いてみませんか？
お預かりした短冊は、入口の笹に飾らせて頂きます。



Café からのお知らせ



おかげさまでPokkelは **10周年** を迎えます
9/8(土)アニバーサリーを開催します

ステージ・ブース・親子手づくりおもちゃ・バザー・
ランチ・カフェなど盛りだくさん！
ご家族みなさんでぜひお越しください



Pokkeカフェ

毎週木曜 (祝日・第5週除く)
7/5(木)・12(木)・19(木)・26(木)

募集中

お子さまの成長の過程を写真やコメントで
振り返ってみませんか？Pokkelに飾って
一緒にアニバーサリーを盛り上げましょう！
台紙はPokkelにて配布しています。



ランチ
・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



カフェ
・おやつ 14:30～15:30
・つきの部屋で販売

コミュニティ

第1・2・3火曜
7/3(火)・10(火)・17(火)
12:00～16:00



・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

よるっカフェ

偶数月第1金曜 (4月除く)
今回は **8/3(金)** 予約制

・電話予約可能 (ご予約期間: 7/3(火)～8/1(水))
・当日17:45～入館・チケット販売
18:00～食事提供
・8/2(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

かんがるーくらぶ

3歳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。
次回の募集・説明会は2～3月頃の予定です。

ひろば開放 7/1(日)・15(日)・16(月・祝) 第1・3日曜・祝日

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♪

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)

《今月のお休み》 子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜

7/8(日)・22(日)・24(火)・29(日)

一時あずかり保育 第4火曜

7/24(火)



子育てひろば 7月のスケジュール

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前 午後	ひろば開放		健康体操 コミュニティカフェ	①甚平作り(1日目) 幼児ひろば	①甚平作り(2日目) 🍷🍴🍵	かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ) 七夕集会(げんきタイム)	
午前 午後	8 休	9 ②かずこさんの おりがみ講座	10 支援者養成講座 (1回目)修了式 コミュニティカフェ ③おひさまサロン	11 幼児ひろば	12 🍷🍴🍵	13 かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ)	14 ④父親講座
午前 午後	15	16(祝)	17	18	19	20	21
午前 午後	ひろば開放	ひろば開放	健康体操 コミュニティカフェ	計測の日 幼児ひろば	🍷🍴🍵	育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午前 午後	22 休	23 ④マタニティヨガ	24 ひろば 一時あずかり 休	25 幼児ひろば	26 🍷🍴🍵	27 お誕生日会 育児相談 (電話相談は午前のみ)	28
午前 午後	29 休	30	31				
午前 午後	休					🍷🍴🍵 読み聞かせ ランチ カフェ	

講座のご案内

- ・講座は申込みが必要です。
- ・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。
- ・講座申込みには事前に会員登録が必要です。



電話で予約



来館にて予約

① 甚平作り (6ヶ月～1歳半頃のお子さん用)

7/4(水)・5(木) 10:00～14:00

Pokke会員の保護者 (2日共参加できる方)

3名

【参加費】 無料

【場 所】 ミーティングルーム

【講師名】 三笠美穂さん

【持ち物】 手ぬぐい3枚

【申込み】 受付中

*昼休憩30分 軽食をお持ちください



② かずこさんのおりがみ講座「金魚」

7/9(月) 10:30～11:30/13:30～14:30

【対 象】 Pokke会員の保護者

【参加費】 300円

【定 員】 午前・午後各4組ずつ

【持ち物】 無し

【場 所】 つきの部屋

【講師名】 Pokkeスタッフ

【申込み】 6/25(月)9:30～

かずこさん



③ おひさまサロン

7/10(火) 14:00～14:30

【対 象】 Pokke会員の保護者 (お子さんの年齢問わず)

【定 員】 10名

【参加費】 無料

【場 所】 ひろば

【講師名】 Pokkeスタッフ

【申込み】 当日15分前より先着順



④ 父親講座「ベビーマッサージ」

7/14(土) 10:30～11:30

【対 象】 2～10ヶ月位までのPokkeの子どもと父親

【定 員】 8組

【参加費】 500円 (オイル代)

【場 所】 つきの部屋

【講師名】 施設長 上田洋子

【持ち物】 バスタオル・普段のお出かけに必要なもの (オムツ・ミルクなど)

【申込み】 6/20(水)9:30～



⑤ マタニティヨガ

7/23(月) 10:00～11:30

【対 象】 これから出産を迎えられる方 (16週～)

【定 員】 8名

【参加費】 無料

【場 所】 つきの部屋

【講師名】 Pokkeスタッフ

【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
も持ちください)

【申込み】 受付中



健康体操

7/3(火)・17(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 7/27(金)

11:00～計測・手形

11:30～お誕生日会

7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
ペタッ♪ 是非ご予約ください。

計測 保健師相談日

7/18(水) 10:30～11:30

保健師さんが月に1回午前中にPokkeに来館。

成長・発達・食事など日頃気になることをご相談できます。

当日午後は計測のみ13:30～14:30

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。