



おひさまだより

No. 137

3月



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



社会連帯より

地域とのつながりをつくりながら、地域の抱えている問題を少しでも解決できるよう活動をしています。

Pokkeでは月2回の高齢者との健康体操・月3回のコミュニティカフェ・子育てに役立つ番組や被災地の映画上映会を行なっています。

また、地域に出て毎年都営住宅の夏祭りに参加し、会場のみなさんとPokke体操をしたり、焼きそば等の出店を担当したりしています。

みなさんのご参加をお待ちしております 山本



チャリティーバザー&募金受付

3/9(月)9:30~15(日)16:30

バザー 手作り品・新品の日用品をひろばで販売

募金 募金箱を上記期間中と3/10(火)・12(木)のカフェの時間にカフェカウンターに募金箱を設置致します

みなさまのご理解とご協力宜しくお願いいたします

*売上げ・募金は被災地支援に使わせていただきます



お昼寝コーナー

3/16(月)
9:30~16:00
場所 つきの部屋

つきの部屋の一角に
畳のスペースを設けます
ゴロゴロしたり、お昼寝したり、
くつろぎの時間をお過ごしください



Café からのお知らせ

～ 料金改定のお知らせ ～

木曜ランチ・よるカフェは原材料の高騰や消費税の値上がりにより、11月より料金を改定させていただいておりますより一層「おいしい」「安心」のポッケカフェを目指していきますので、ご理解いただけますようよろしくお願いいたします
変更前600円→変更後700円

ランチタイム

3/12(木)・26(木)
毎月第2・第4木曜(祝日除く)

- ・ランチ 700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



おやつタイム

3/5(木)・12(木)・19(木)・26(木)
毎週木曜(祝日・第5週を除く)

- ・おやつ 14:30～15:30
- ・つきの部屋で販売



コミュニティ

3/3(火)・10(火)・17(火)
毎月第1・2・3火曜

- ・12:00～16:00 (15:30ラストオーダー)



よるカフェ

次回6/5(金)予定
偶数月開催(4月はお休み)

- ・詳細未定(5月号でお知らせします)



予約制

☆メニュー、詳細はカフェ通信をご覧ください

子育て支援ボランティアグループ ほけっとさん主催

「かんがるーくらぶ説明会」のお知らせ

日時: 3/6(金)午前10:30～11:00
場所: つきの部屋

詳しくは、館内「説明会のお知らせ」、PokkeのHP「ほけっとさん」をご確認ください

対象年齢: 2016年4月2日～2018年4月1日生のお子さんと親
開講: 2020年5月～ 月1～2回金曜 午前10:30～11:30
親子で遊ぶことに楽しさを感じていますか? 就園予定のお子さんとしっとり親子で遊べるのはあと1年。早い時期からの母子分離が必ずしも子どもの自立をうながすのではなく、この時期を大切に、親子の絆を深めることこそが自立へとつながるのではと考えます。親子一緒に遊ぶ楽しさを「かんがるーくらぶ」で再確認しませんか。



ひろば開放 第1・3日曜・祝日 Pokke会員以外の方もご来館いただけます。小学生のお子さんも保護者の方と一緒にどうぞ♪
3/1(日)・15(日)・20(祝・金)

げんきタイム 毎日11:45～12:00/16:00～16:15
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



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

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・年末年始
3/8(日)・22(日)・24(火)・29(日)

乳幼児一時あすかり 第4火曜・年末年始
3/24(火)

トワイライトステイ 年末年始
今月無休

ショートステイ 年中無休



子育てひろば 3月のスケジュール



	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前	ひろば開放		健康体操 			かんがるーくらぶ 説明会 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後				幼児ひろば			
午前	8 休	9 ①Pokkeハンズ ②かずこさんの おりがみ講座	10 ③油絵講座 	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
午後							
午前	15 ひろば開放	16 お昼寝コーナー 	17 健康体操 ④ソーイング講座 	18 計測の日 幼児ひろば 	19 ⑥育児講座 	20(祝)	21 ひろば開放
午後							
午前	22 休	23	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
午後							
午前	29 休	30 ⑦baby's タイム	31				
午後							

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。
 ・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。

来館にて予約 電話で予約

① Pokkeハンズ「ぼとん」 3/9(月) 10:00~11:00



【対象】 Pokke会員の保護者 【参加費】 300円
 【定員】 4組(託児はありません) 【持ち物】 なし
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【申込み】 2/20(木)9:30~
 【場所】 ミーティングルーム

② かずこさんのおりがみ講座「さくら」 3/9(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 【参加費】 300円
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
 かずこさん 【申込み】 受付中
 【場所】 つきの部屋

③ あやさんの油絵講座 3/10(火) 13:30~15:30



【対象】 Pokke会員の保護者・地域会員の方
 【定員】 4名 【参加費】 700円
 【託児】 一時預り(有料)ご利用可 【持ち物】 汚れてもいい服装か
 ご相談ください エプロン
 【講師名】 岡部 彩さん 描きたい物・絵のモデル
 【場所】 ミーティングルーム 【申込み】 2/20(木)9:30~

④ ソーイング講座「通園グッズを作ろう」 3/17(火)9:30~16:30



【対象】 4月に幼稚園に入園されるお子さんの保護者
 【定員】 2名 【参加費】 300円
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 布(事前に裁断)・
 カラー紐・アクリルテープ
 【場所】 ケアルーム 【申込み】 2/26(水)9:30~

*託児はありませんので、一時あずかりをご利用ください
 *詳しくは、館内配布チラシ・ホームページをご覧ください

⑤ おひさまサロン 3/17(火) 14:00~14:30



手遊び・わらべうた・読み聞かせ
 お母さん同士、日々の喜びや悩みを一緒に語り合いませんか?
 【対象】 Pokke会員の保護者(お子さんの年齢問わず)
 【定員】 10名程度 【参加費】 無料
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
 【場所】 ひろば 【申込み】 当日15分前より先着順

⑥ 育児講座「生活リズム」 3/19(木) 10:00~11:30



【対象】 1~2歳くらいの子の親
 【定員】 10名程度 【参加費】 無料
 【講師名】 Pokke施設長 上田洋子 【持ち物】 なし
 【場所】 つきの部屋 【申込み】 2/27(木)9:30~

⑦ baby'sタイム 3/30(月) 10:30~11:30



ママと赤ちゃんでふれあい遊びのひとつときを
 【対象】 7ヶ月位までのお子さん
 【定員】 10名 【参加費】 無料
 【場所】 つきの部屋 【持ち物】 お子さんのバスタオル
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【申込み】 3/2(月) 9:30~

計測 保健師相談日 3/18(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ご相談できます
 当日午後13:30~14:30は計測のみ

健康体操

3/3(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 3/27(金)

11:00~ 計測・手形
 11:30~ お誕生日会

3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

