

令和2年11月20日発行



12月 おひさまだより

No.146



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/>

お肌をお手入れして『皮膚のバリア』を保ちましょう！

湿度が低く乾燥する日が多くなる季節になりました。皮膚には“体を守る”という大事な働きがありますが、子どもの皮膚の角質層は薄いうえに皮脂が少ないので皮膚トラブル(皮膚炎・湿疹)が起きやすい状態にあります。

ポイント① 清潔を保つ

せっけんは泡立てて使い
ゴシゴシと洗わないように！

ポイント② 保湿

お子様の肌にあった保湿剤で
しっかり水分を保って膜を作り
ましょう。お肌がしっとり
するくらいまで優しくぬりま
しょう。

ポイント③ 摩擦を減らす

衣服の摩擦等の刺激を減ら
しましょう。直接触れる下
着の素材は綿素材がおすす
めです。

看護師 坂井園子

支援者養成講座 スタート！

日程 2021年2月9日(火)～
～子どもの発達・あそび 現代の子育て事情～
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♪詳細についてはHP、またはおひさまだより
1月号(次号)をご覧ください。

ポケカフェはじまります♪

毎週木曜日 14:30～15:30 ※24(木)年内最終
長らくお休みしていたポケカフェが再開します♪
“おうちではホッ♡とひと息つく間もなく…気づいたら
夕方…”なんて方も、ポケでひと息つきませんか？
※ひろばをご予約された方はご利用いただけます。

韓国語講座 受講しませんか？

日程 11月29日(日) 10:30～12:00
料金：1500円/回
ハングル文字のよみかたから日常会話までネイティブの
スタッフが担当させていただきます。ドラマやK-pop、
食べもの・・・韓国の文化を日本でもいろいろ楽しめる
ようになりました。ことばが使えると楽しみ方もひろがる
かもしれませんね。

Pokkeの手作りおもちゃはいかがですか？

Pokkeでは手作りおもちゃを販売しています。
ひろばでも使用していますので実際使って
みて、お子様の気に入ったものをおうちでも
使っていただけます！HPにはカタログもあり
ますので、是非ご覧くださいね♪



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



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 無料

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)

Café menu

Drink のみもの

- ・コーヒー
- ・カフェインレスコーヒー
- ・カフェオレ
- ・紅茶
- ・ルイボスティ
- ・牛乳
- ・リンゴジュース
- ・ぶどうジュース
- ・オレンジジュース

Desert 手作りおやつ

- ・アレルギー対応メニューも
ご用意しています♪



お願い

Pokke来館時には、
マスク・靴下の着用をお願いします。



お休み

- 子育てひろば
13日(日)、22日(火)、27日(日)、28(月)PM
29日(火)～1月2日(土)、4日(月)
第2・4・5日曜・第4火曜・年末年始
- 乳幼児一時あずかり/トワイライトステイ
22日(火) 第4火曜 31日(木)～1月3日(日)
- ショートステイ
年中無休



子育てひろば 12月スケジュール

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前			健康体操			①baby'sタイム	
午後							
	6	7	8	9	10	11	12
午前							
午後			②おひさまサロン				
	13	14	15	16	17	18	19
午前	休	③Pokkeハンズ		計測の日 		かんがるーくらぶ	
午後							
	20	21	22	23	24	25	26
午前			ひろば 一時あずかり			お誕生会	
午後			休				
	27	28	29	30	31	2021/1	2
午前	休	ひろば12時まで	休	休	ひろば 一時あずかり	ひろば 一時あずかり	休
午後		午後休					
	3	4	5	6	7	8	9
午前	ひろば あいてます♪	休	通常通りです				
午後			→				

ひろば完全入替制、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：10:00～16:00
 予約締切：利用日前日の16:00
 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
11月27日(金)	12月4日(金)～12月10日(木)
12月4日(金)	12月11日(金)～12月17日(木)
12月11日(金)	12月18日(金)～12月24日(木)
12月18日(金)	12月25日(金)～ 1月7日(木)

*1月8日(金)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にてお知らせ致します。

*右記の時間以外は予約時間内でのみお食事・おやつ(お子様のみ)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

毎週木曜日の元気タイムでは読み聞かせを行なっています♪
 みんなで目、耳を傾けて、ゆったりしたひと時を過ごしませんか？

ポッケカフェが再開します！詳しくは表面をご覧ください。

① baby'sタイム 12/4(金) 10:30～11:30

ママと赤ちゃんで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
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
 【場所】 つきの部屋 【申込み】 11/27(金)～

② おひさまサロン 12/8(火) 14:30～15:00

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会員の親子 【参加費】 無料
 【定員】 5名 【持ち物】 なし
 【場所】 つきのへや 【申込み】 11/27(金)～

③ Pokkeハンズ 12/14(月) 10:00～11:30

アートでリフレッシュ 気持ちを絵にして自分だけの絵本をつくろう
 【対象】 Pokke会員の保護者 【参加費】 無料
 【定員】 3名 【持ち物】 なし
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【申込み】 12/4(金)
 【場所】 ミーティングルーム

お誕生会

12/25(金)
 11:00～計測・手形
 11:30～お誕生日会

12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
 ペタン♪是非ご予約ください

健康体操

12/1(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！

計測 保健師相談日

12/16(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る事をご相談できます
 当日午後計測のみ行っていますので、お声がけください。

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。