

令和6年5月20日発行

pokke



6月おひさまだよ



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/>

立夏を迎え、暦の上ではもう夏になります。日によっては暑さを感じるほどですね。Pokkeでは社会貢献の一環としてボランティアの受け入れをしています。ひろばでの読み聞かせや体操、保育室での保育サポートなど、Pokkeを利用される方との繋がりがや触れ合いを大切にしています。今年度も秋には支援者養成講座を開催する予定です。子育て中の方、地域の方々との繋がりをもつきっかけになったら嬉しいです。

ボランティア係 蓬田

Pokkeの給食レシピ紹介 おやつ ライスピザ

材料(大人2人、子ども2人分)

- ・お米・・・・・・・・250g
- ・油・・・・・・・・少量
- ・水(炊飯用)・・・・400g
- ★ケチャップ・・・・20g
- ・鶏ひき肉・・・・30g
- ★塩・・・・・・・・少量
- ・玉葱・・・・・・・・35g
- ★中濃ソース・・・・2g
- ・コーン・・・・・・・・20g
- ・ピザチーズ・・・・20g

作り方

1. お米は洗ってざるにあげ、水を切っておく。
2. フライパンに油をひき、鶏ひき肉、玉葱、コーンを炒め、★の調味料で味付けする。
3. 炊飯器に1,のお米、炊飯用水、2,の具材を入れ炊飯する。
4. 炊き上がったら、ご飯を平たく円形に伸ばしその上にピザ用チーズをのせトースター又はオーブンで焼き目がつくまで焼く。

Pokkeでホッとカフェタイムしませんか？

カフェタイムの手作りおやつ販売を再開しています。親子でおやつを楽しむ時間、ゆっくりお茶をする時間にぜひご利用ください。小さなお子さまでも安心して食べられるもの、アレルギーに配慮したおやつを用意しています。お持ち帰りも出来ますのでお気軽にお立ち寄りください。なお、ランチ販売の再開は、今しばらくお待ちください。

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）

虫歯予防集会

楽しい歌で歯みがきに触れて虫歯予防に繋がしましょう！
6/4（火）午前の元気タイムにて開催！
ご予約不要で誰でもご参加いただけます♪

かんがるーくらぶ

3、4歳未満就園児のおともだちが親子で一緒に月1回ほど集まり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。

Pokke ランチ・カフェ

ランチ 6月はお休みをいただきます。

カフェ 6/6(木)・13(木)・20(木)・27(木)

14:30～15:30

メニュー：手作りおやつ(当日のお楽しみ)

コーヒー・紅茶・ジュース・ペットボトル飲料

※カフェインレスのご用意あります

当日のメニューはInstagramでUPLしています。
(変更になることもあります) →→



MINATO.POKKE



計測 保健師相談日 6/19(水) 10:30～11:30

保健師さんが月に1度、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。
当日午後にも計測のみ行っていますので、お声がけください

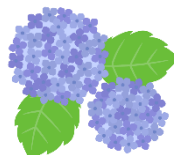
●ご協力お願いします

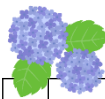
- ・大人の方は、靴下の着用をお願いします。
- ・来館前にはご家庭で健康チェックをお願いします。
ご本人、家族に体調不良の方がいる時のご利用はご遠慮ください。



●おやすみ

- ・子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜・年末年始
6月9日(日)・23日(日)・25日(火)・30日(日)
- ・乳幼児一時あずかり 第4火曜・年末年始
6月25日(火)





子育てひろば 6月スケジュール

読み聞かせ カフェ

	日	月	火	水	木	金	土
							1
午前							
午後							
	2	3	4	5	6	7	8
午前			健康体操 虫歯予防集会			かんがるーくらぶ	
午後							
	9	10	11	12	13	14	15
午前	ひろば 休	① Pokke/ハンズ				②おひさまサロン	
午後							
	16	17	18	19	20	21	22
午前	③時子ルーシー ダットン			計測の日		かんがるーくらぶ	
午後							④パパサロン
	23/30	24	25	26	27	28	29
午前	ひろば 休		ひろば 一時あずかり 休		⑤離乳食試食会 	お誕生会 	
午後							

ご予約が必要なイベント♪ Tel: 03-6435-0411 または、来館にて受け付けています ★出来るだけ多くの方に参加頂けたらうれしいです♪

① Pokkeハンズ『たなばた』6/10(月) 10:00~11:30
 【対象】 Pokke会員の保護者の方
 【定員】 3名程度(お子さんは民生委員さんが見てくれます)
 【場所】 ミーティングルーム【参加費】 800円
 【講師名】 小原 紀代子 【持ち物】 なし
 【申込み】 5/23(木) 10:00~

③ 時子ルーシーダットン
 6/16(日) 10:00~11:00
 タイ式ヨガと一緒にリラックスできるかな?
 【対象】 Pokke会員の保護者の方
 【定員】 5名程度【参加費】 なし
 【場所】 ミーティングルーム【持ち物】 タオル、飲み物
 【講師名】 時子さん 【持ち物】 動きやすい服装
 【申込み】 5/27(月) 10:00~

④ パパサロン 6/22(土) 14:30~15:00
 パパ同士で集まって子育てについてのお話する会です。
 日々の喜びや悩みを一緒にお話ししましょう♪
 【対象】 Pokke会員の保護者の方
 【定員】 5名程度【参加費】 無料
 【場所】 つきの部屋【持ち物】 なし
 【申込み】 5/27(月) 10:00~

⑤ 離乳食試食会 6/27(木) 10:45~11:30
 【対象】 地域のお子さんと保護者
 (5ヶ月~1歳未満児の食事を提供します)
 ※試食会への参加は年1回となっております
 【定員】 10組 【参加費】 無料
 【場所】 つきの部屋
 【申込み】 5/27(月)~6/7(金)
 期間中の月~金曜日9:00~17:00
 申し込み、問い合わせは芝保育園
 (03-3455-5039)まで

お誕生会 6/28(金)
 11:00~ 計測・手形
 11:30~ お誕生日会
 6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。5月参加
 できなかった方もご参加いただけます
 のでお声掛けください♪
 ひろばは9:30から開いています。少し
 遊んで落ち着いてから計測・手形を作
 りませんか♪

ご予約なしでご利用いただけるイベント♪

②おひさまサロン ※予約不要ですが、先着順になります。
 手遊び・わらべうた・読み聞かせ、日々の喜びや悩みを一
 緒にお話ししましょう♪
 6/14(金) 10:30~11:00
 【対象】 どなたでも
 【定員】 5名程度 【参加費】 無料
 【場所】 つきの部屋 【持ち物】 なし

健康体操 6/4(火) 10:30~11:30
 【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!

