



おひさまだよい

令和7年11月20日発行

12
December

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/>

ノロウィルスにご注意を



寒くて乾燥する季節がやってきました。インフルエンザや新型コロナの感染者も増加していますが、ノロウィルスによる食中毒も注意が必要です。ノロウィルス食中毒のピークは毎年11～2月で、集団感染を起こすことがあります。感染から発症まで24～48時間と短く、主な症状は「吐き気」「おう吐」「下痢」「腹痛」「微熱」があります。

特に大事なことは「おう吐処理」です。ノロウィルスは乾燥すると空中に漂い、口に入って感染することがあるため、適切な処理を行うことが感染を拡げないポイントになります。業務用の次亜塩素酸ナトリウム、または家庭用の塩素系漂白剤を水で薄めて「塩素液」つくり使用します。ノロウィルスの消毒にエタノールは効かないのでご注意ください。

基本的な感染対策では手洗いというがいも有効です。ひろばでは「手洗い集会」を行います。手洗い忍者と一緒に手洗いチェックをしましょう。(手洗い忍者はオリジナルソングです、HPからpokkeのYouTubeでご覧頂けます) 看護スタッフ

pokke給食レシピ 麻婆茄子丼



材料(大人2人、子ども2人)

精白米:2合
茄子:中くらいの大きさ2本
豚ひき肉:200g
ピーマン:2個
長ねぎ:1/2本
椎茸:4～5個
にんにく:チューブ1cm程
生姜:チューブ2cm程

油:適量
ごま油:適量
★砂糖:小さじ1
★醤油:大さじ1
★オイスターソース:大さじ1と1/2
★味噌:小さじ1/2
片栗粉:適量
水:適量

作り方

＜＜下準備＞＞

- ・ご飯を2合炊飯する。
- ・生姜・にんにく・長ねぎ・椎茸はみじん切り、ピーマン・茄子は乱切り、茄子は水にさらしてあくを取る(10分ほど)
- ・★の調味料は混ぜておく。

＜＜調理＞＞

- ・フライパンにごま油を引き水気を切った茄子とピーマンをさっと炒める。
- ・ピーマンと茄子を炒めたそのまま使用し、ごま油を引いてにんにく・生姜・長ねぎを炒める。
- ・香りが出たら豚ひき肉を入れ炒め、火が通ったら椎茸・茄子と水を入れ一煮立ちさせピーマンを入れ調味料で味付ける。
- 最後に水溶き片栗粉でとろみと付けたら完成。

年末年始保育の休業日のお知らせ

	12/27 (土)	12/28 (日)	12/29 (月)	12/30 (火)	12/31 (水)	1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)
一時保育	通常通り				休	→			通常通り
トワイライト	通常通り				休	→			通常通り
ショートステイ	年中無休								

年末年始保育申込み締め切りのお知らせ

一時保育/トワイライトステイ

1/4(日)ご利用分: 12/30(火)12:00×切

ショートステイ

12/30(火)～1/5(月)ご利用分: 12/20(土)12:00×切

トワイライトステイ
ショートステイの
2月分のお申し込みは
1/5(月)から受付

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)

pokkeでは、オンライン登録・予約が出来ます

ひろば
講座・イベント
予約

pokke
会員登録

保育面談登録
申請

保育利用予約
*一時保育
トワイライトステイ

キャンセル待ち
登録
*一時保育のみ

予約の確認
変更
キャンセル
*一時保育
トワイライトステイ

メールアドレスはお間違いないように必ず入力してください。
(登録時に登録完了メールが届かなかった場合はお問合せください。)
詳しくは、HP・Instagramのご案内をご覧ください。

●ご協力お願いします

- ・大人の方は、靴下着用をお願いします。
- ・ご本人、家族に体調不良の方がいる時のご利用はご遠慮下さい。

●おやすみ

- ・子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜・年末年始
12月 14日(日)、23日(火)、27日(土)～1月3日(土)
- ・乳幼児一時保育 第4火曜・年末年始
12月 23日(火)

*年末年始は年末年始休業日のお知らせをご確認ください。

子育てひろば 12月スケジュール



カフェ



読み聞かせ



ランチ

	日 (Sun)	月 (Mon)	火 (Tue)	水 (Wed)	木 (Thu)	金 (Fri)	土 (Sat)
A M		1	2	3	4 ①英語講座	5	6
P M					 		
A M	7	8 ②pokke/ハンズ	9 健康体操 	10	11	12 ④お誕生会 	13
P M			③おひさまサロン		 		
A M	14 休	15	16	17 計測の日	18 	19 かんがるーくらぶ	20
P M					 		休
A M	21	22	23 ひろば・一時保育 休	24	25	26	27
P M					 		
A M	28 休	29 休	30 休	31 休	1/1 休	1/2 休	1/3 休
P M							

ご予約が必要なイベント・講座

① 英語講座「英語の歌でリラックス」
12/4(木) 11:00~11:30

【対 象】 どなたでも
【定 員】 10名程度 【参加費】 無料
【場 所】 つきの部屋 【持ち物】 なし
【講師名】 箕田百合子さん 【申込み】 11/25(火) 10:00~

② pokke/ハンズ 布絵本『クリスマス』
12/8(月) 10:00~11:30

【対 象】 pokke会員の保護者の方
【定 員】 3名(お子さんはひろばで民生委員さんと過ごします)
【場 所】 ミーティングルーム
【参加費】 800円 ※キャッシュレス決済のみ
【講師名】 pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
【申込み】 11/25(火) 10:00~

※WEBからご予約いただけます。WEB会員登録後、ご予約下さい。

④ お誕生会

12/12(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。11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や手形のお誕生日カードを作りませんか♪
【定 員】 10人 【場 所】 ひろば
【申込み】 11/25(火) 10:00~



ご予約なしでご利用いただけるイベント・講座

③ おひさまサロン 12/9(火) 14:00~14:30
～月齢の近いお子さんのパパ・ママで集まりませんか？～

※予約不要ですが、先着順になります。
日々の子育ての不安や悩み、喜びをお話してみませんか。
手遊び、わらべ歌、読み聞かせなど一緒にやってみましょう♪
【対 象】 ～5ヶ月くらいまでのお子さんとその保護者の方
【定 員】 5名程度 【参加費】 無料
【場 所】 つきの部屋 【持ち物】 なし

健康体操 12/9(火) 10:30~11:30

【場 所】 つきの部屋 【参加費】 無料
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 12/17(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。



pokke ランチ・カフェ

★カフェ 12/4(木)・11(木)・18(木)・25(木) 14:30~15:30

一時保育のお子さんがおやつに食べているものと同じメニューを提供しています。離乳食が完了しているお子さんはお召し上がり頂けます。当日のおやつはInstagramでお知らせします。

▼メニュー：150円~300円くらいのパン・お楽しみおやつ
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)

※予定が変更になる場合もございますのでご了承下さい

★コミュニティカフェ 12/9(火) 11:30~13:00

1食500円で軽食の販売を行います(現金のみ)
メニューはInstagramでお知らせします。

★ランチ 12/18(木) 12:00~13:00

限定10食、1食1,000円でランチの販売を行います。
国産の安心安全な食材をたっぷり使用し、保育の給食と同じメニューを大人の量にして提供致します。

▼申込方法：当日10:30より受付にてチケット購入できます
ランチメニューはInstagramでお知らせします。

