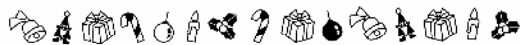




# ひだまり通信 16号



## ★ 12月のプログラム★

2004年11月25日子育てひろば「あい・ぽーと」発行

住所: 〒107-0062

東京都港区南青山2-25-1

電話: 03-5786-3250

交通: 地下鉄銀座線「外苑前」1b出口から徒歩2分  
(青山小学校となり)

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1 わかば	2 わかば コーラス	3 わかば	4 わかば
5 休み	6 うきうきタイム	7 トーンチャイム	8 おはようタイム	9 デッサン教室	10 子育て講座	11 お誕生会
12 休み	13よみきかせ (ともだちくらぶ) 14:00~14:30	14 トーンチャイム あかちゃんタイム	15 産後のセルフケア& ボールエクササイズ	16 コーラス ビーズ講座	17	18
19 休み	20 ♪クリスマス コンサート♪	21 ビーズ講座	22 おはようタイム	23 休み	24	25
26 休み	27 わいわいタイム	28	29 休み	30 休み	31 休み	

### 「産後のセルフケア&

#### ボールエクササイズ」

産後に必要なのは、ダイエットではなく「リハビリ」です。自分自身のケアの方法を学んだり、パランスボールを使って心地よく体を動かすことで、自分のカラダとココロを大切にするノウハウを身に付けましょう!

日時: 12月15日(水)

1回目: 13時~14時 2回目: 14時~15時

講師: 高橋葉子・奥山純子(マドレボニータ)

対象: 0歳児のあい・ぽーと会員のお母さん

\* お母さんだけでも、赤ちゃん連れでもどちらでも受講して頂けます。(1才以上のお子さんの入室はご遠慮ください。)

定員: 各回先着7組

参加費: 港区の方 500円 他区の方 800円

申込: 12月8日(水) 10時~受付開始

\* キャンセル待ちの方もいますので、万が一キャンセルの場合は、必ずご連絡ください!!

### ♪トーンチャイムサークル

日時: 7日・14日(火) 11:00~12:00

手に持ったベルを鳴らしてきれいな合奏を一緒に楽しみましょう!!

\* お子さんと一緒に大人だけの参加でもどちらでもOKです!!

申込: 電話か来館時にお申込みください。

### 「すくすく成長記録の会 わかば」

日時: 1・2・3・4日 午前10:00~11:00

午後14:00~15:00

身長体重を測定し、毎月のお子さんの成長の様子を記録に残しませんか?

### 「やさしいデッサン教室」

日時: 9日 13:30~15:30

保護者向けの講座。初めての方も楽しみながら静物画を描いてみませんか?  
持ち物=鉛筆・消しゴム・水彩色鉛筆  
スケッチブック(B4サイズ)

\* 水彩色鉛筆・スケッチブックは1600円で注文を承ります。(鉛筆・消しゴムは要持参)

託児は「あおば」をご利用ください。

参加費: 港区の方 500円・他区の方 800円

### 「ビーズアクセサリ講座」

日時: 16日・21日 11:00~12:00

申込: 12月9日(木) 10:00受付開始

保護者向けの講座。子育て中でも趣味の時間をもってみませんか?

定員: 5名。事前に必ずご本人がお申込みください。託児は「あおば」をご利用ください。

参加費: 港区の方 500円・他区の方 800円

### 「12月生まれのお誕生会」

日時: 11日(土) 13:00~13:30

お子さんの顔写真を入れた直径5cmほどの丸いキーホルダーをプレゼントします。写真は、切らずにそのままお持ちください。

申し込みめきり: 12月4日(土)まで。来館できない方は、写真を郵送してください。

参加費: 港区の方 300円

他区の方 500円

### 「おはようタイム」

日時: 8・22日(水) 11:00~11:10

対象: あい・ぽーと会員の親子

あかちゃんタイムの知子さんといっしょに季節の歌を歌ったり、手遊びやリズム体操などを行います。あかちゃんから幼児さんまでどなたでもどうぞ。

### 「わいわいタイム」

日時: 27日 14:00~14:30

リズム遊びや体操など身体を動かして遊びます! 対象: あい・ぽーと会員の親子

### 「うきうきタイム」

日時: 6日 14:00~14:30

手遊びやエプロンシアターなどを楽しみましょう! 対象: あい・ぽーと会員の親子

### 「あかちゃんタイム」

日時: 14日(火) 14:00~15:00

対象: 0歳児と保護者

赤ちゃん和家庭でもできるふれあい遊びの紹介や、0歳児の親や保護者同士の交流をします。

### ♪「コーラスタイム」

日時: 2日・16日(木) 14:00~14:30

ピアノに合わせて親子で楽しく唄いましょう。

## 年末・年始のおしらせ

- ★「ひだまり」は、12月29日～1月4日までお休みです。
- ★ 一時保育「あおば」は、12月29日・30日・1月4日は、祝日扱いとなります。12月31日～1月3日は、お休みです。



12月1日(水)から

年会費・各種利用料金等が変わります。

\* 詳細については、同封のチラシをご覧ください。

親子ふれあい

クリスマスコンサート&バザー

♪日時: 12月20日(月) 14:00～15:00(開場13:45～)

♪場所: 子育てひろば「あい・ぽーと」

♪内容★親子で楽しめるクラシックコンサート

★人形劇★チャリティーバザーなど

♪申込: 12月1日(水)から予約を

受け付けます。



♪料金: 港区の方(一世帯 300円)・他区の方(一世帯 500円)

## ◆ 受講者募集! 「12月の子育て講座」

テーマ: **夫とのラブラブ度チェック!!**

今年一年を振り返り、育児のパートナーである夫との仲を確認してみませんか?新しい年をハッピーな気持ちで迎えましょう!

- 日時: 12月10日(金) 14:00～15:30
  - 講師: 大日向 雅美 施設長(恵泉女学園大学教授)
  - 対象: あい・ぽーと会員の保護者 ○受講料: 無料
  - 申込: 12月3日(金) 午前10:00～電話受付開始。
  - 託児料: 港区の方700円(きょうだい二人目以降400円) 他区の方1000円(きょうだい二人目以降600円)
- \* 託児ご利用の方は、予約の上13:45までにおいでください。  
\* 託児の際のお子さんの持ち物は、記名をしてひとつのバッグにわかりやすく入れてお持ちください。  
\* お子様連れでの受講はご遠慮いただいています。当日キャンセルは、託児料の半額のキャンセル料を頂きます。



## ★11月の子育て講座レポート★ 「あかちゃんの表情よみとれますか?」 講師: 大日向雅美 施設長

言葉の話せない赤ちゃんのお世話をすると、赤ちゃんが何を考えているのか、どうしてもらいたいのかを表情から読み取ること、とても大切です。

今回の講座では、まず参加者の皆さんにふたつのワークをやってもらいました。〈ワーク1〉赤ちゃんの顔写真を見て、どう思っている表情か形容詞で表してみる。〈ワーク2〉その顔写真から、赤ちゃんが快適に感じているか・不快に感じているかを5段階に評価してみる。ワークを通じて、赤ちゃんの表情から何を考えているのかを読み取るには、いくつかポイントがあることがわかりました。

〈快適な状態のとき〉

- ・眉の間が開き、目元が下がる。・口元がゆるみ、笑っている。
- ・よだれがでている。・瞳が光っている。・肩が上がっている。

〈不快な状態のとき〉

- ・みけんにシワができる。・下唇がゆがむ。・目が下を向く。

赤ちゃんの目・口・肩といったパーツをじっくり観察することで、ある程度赤ちゃんの感情を読み取ることができます。分かりづらい時は、時系列で赤ちゃんの行動を見て、どういう状態か判断するようにします。

ただし、なかには表情を読み取りにくい赤ちゃんもいます。正解を出すのではなく、大切なのは心を寄り添わせて、赤ちゃんの目線になって、気持ちを考えるということだと思います。

また、赤ちゃんは周囲の人間の表情をよく見ていて、真似をしたり、母親の表情を見て状況を判断したりします。表情豊かな子に育てて欲しいのならば、おとなも豊かな表情で接するようにしましょう。

## 参加者アンケートより

- 何か求められたり、ぐずるとすぐおっぱいに頼って、あまり子どもの表情を見ていなかったような気がします。これから、子どもの表情を良く見て、子どもにも自分の表情をよく見てもらい、良いコミュニケーションが取れるようにになりたいと思います。
- 目や口や肩の動きで何を考えているか判断できることや、一方でどうやっても判断できずにコンテキストから読み取るしかないことを知り、大変参考になりました。また、赤ちゃんには大人の表情を読み取る力もあることを知り、子どもと接するときは笑顔でいたいなと思いました。

♪ともだちくらぶ♪  
ともだち書店の方が  
よみかせや手遊び  
をしてくれます!

12月13日(月)  
14:00～14:30



「あい・ぽーとスタッフつれづれ日記」

○「あい・ぽーとフタタ」では、木の実でほのぼのの作品が生まれました。利用者のMさんが朝早くから、子ども二人を連れてどんぐり拾いを手伝ってくれたお陰です。(知子)

○自然災害だらけだった今年、赤ちゃんや子どもたちにあげるあたりまえの日常がいかに尊いものか痛感しました。(林)

○冬に近づいて子どもたちも鼻水が多くなっていますね。ご飯をほおぼると息がでさず、でも食べたい!がんばれ! (陽子)

○寒い日も雨上がりで地面が濡れていても、子どもたちは外が大好き。大人も外の空気に触れて一緒にリフレッシュしましょう! (櫻井)

○高校2年のとき「男性の保母さん」を特集したとあるテレビ番組を見ました25年前のあの日...心の中にビビツ!(萩原)

○足を捻挫し、同時に息子が発熱。災難つづきで落ち込む私を見て、熱があるのに私を励ましてくれた息子。4歳児から「思いやり」を教えられました。(千秋)

○クリスマスバザー用に子どもの成長に寄り添った思い出の品をお譲りくださり、ありがとうございました。「あい・ぽーと」でまた新たな持ち主と出会い、素敵な思い出が刻まれますように。(池田)