



2005年3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
 URL：http://www.ai-port.jp（最新号があります）

☆4月のプログラム☆

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1 わかば	2 わかば
3 休み	4 わかば	5 わかば コーラストタイム	6 産後の セルフケア講座	7 トーンチャイム	8	9
10 休み	11 うきうきタイム	12 造形あそび	13 産後の セルフケア講座	14 トーンチャイム ライフデザイン	15	16 お誕生会 カフェ パパ's
17 休み	18	19 あい・ぽーとゼミ コーラストタイム	20 産後の セルフケア講座	21 ビーズ講座 デッサン教室	22 ビーズ講座	23 おもちゃの 病院
24 休み	25 わいわいタイム	26 あい・ぽーとゼミ	27 産後の セルフケア講座	28 トーンチャイム	29 休み みどりの日	30

「Cafe Papa's Club」
 パパ達の自由スペースの誕生です。コーヒーでも飲みながらゆっくりくつろいでください
 日時：16日14時～16時
 場所：あい・ぽーと2階交流サロン
 対象：あい・ぽーと会員のお父さん

♪「コーラストタイム」
 日時：5日・19日(火)14:00～14:30
 ピアノに合わせて親子で楽しく唄いましょう。

「うきうきタイム」
 日時：11日(月)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

「わいわいタイム」
 日時：25日(月)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

「親子で造形あそび」
 日時12日(火)13:30～14:00
 対象：2歳児以上 定員：6組
 申込：事前にお電話か来館の際にお申込みください。
 参加費：港区の方300円・他区の方500円

ライフデザイン・フォーラム 第4回 再就職をデザインする～実践編～
 日時：14日 10:00～12:00
 前回の“準備編”に続く具体的なアクションを学びます。“準備編”に出していない方も参加可。*詳細は別紙チラシをご覧ください。

「おもちゃの病院」
 日時：23日10時～15時半
 壊れたおもちゃをお持ちください。おもちゃドクターの結縁さんが目の前で直してくれます。予約は不要です。当日、直接お持ちください。当日、来られない場合、事前にお持ち頂いても結構です。

「すくすく成長記録の会 わかば」
 日時：1・2・4・5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？

「4月生まれのお誕生会」
 日時：16日(土)13:00～13:30
 お子さんの顔写真を入れた直径5cmほどのキーホルダーをご用意します。写真は、切らずにそのままお持ちください。
 申し込みぎりぎり：4月13日(水)までにお電話か来館の際にお申込みください。
 参加費：港区の方300円・他区の方500円

「トーンチャイムサークル メンバー募集！！」
 練習日：原則として毎週木曜日
 (21日はお休みします)
 時間：①11:15～12:00
 ②14:00～14:45
 どちらか都合の良い時間帯でご参加ください。
 初心者大歓迎！お子さん連れで楽しみながらトーンチャイムの演奏をしてみませんか？仲間づくりもできますよ！

「やさしいデッサン教室」
 日時：21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：21日・22日11:00～12:00
 申込：12日(火)10:00～受付開始
 保護者向けの講座です。
 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。
 *1時間で終わらない方もいらっしゃいますので、託児の時間は各自ご検討ください。
 参加費：港区の方500円・他区の方800円

News! 図書ルーム「こもれび」OPEN

あい・ぽーと2階に大人のための図書ルームがオープンしました。子育てに関する本が充実しています。また、趣味に関する本や雑誌なども置いています。1階のひろばとはひと味違う、静かな落ち着いた雰囲気です。読書を楽しんで頂けると思います。

小さいお子様も一緒に2階に上がって頂ける様に、室内にはじゅうたんが敷かれ、ちょっとしたおもちゃも用意してあります。子育てに忙しい毎日、ちょっとほっとしたいと思ったら、「こもれび」にいらしてください。



「産後のセルフケア連続講座」

バランスボールを使ったエクササイズや呼吸法・骨格調整などを取り入れたプログラムで、産後のカラダをセルフケアする方法を身に付けましょう!

日時: 6日・13日・20日・27日(水) 13時~14時半

講師: 高橋 葉子 (マドレボニーータH&B トレーナー)

対象: あい・ぽーと会員の産後2ヶ月~1年までのお母さん

* 1歳までのお子さんは入室可。

詳しい講座内容や申込方法は別紙チラシをご覧ください。

○REPORT! 第3回 ライフデザインフォーラム ○

まずは、それぞれの参加者の準備段階を「就職準備チェックシート」でチェック。職業と求人の情報収集や、家族の理解を得るための具体的な働きかけには至っていないことを確認。そして、これまでの「満足」体験から自分を振り返り、また、ドナルドE. スーパー氏の「人生の8つの役割*」を使い、自分自身の8つの役割が「現在」と「ありたい姿」でそれぞれどのような割合で構成されているか、工夫次第で「ありたい姿」に近づくことが可能なのかどうかを考えました。ほかに、仕事でのコミュニケーションの話や参加者同士のディスカッションがあり、充実した2時間半となりました。

*8つの役割... 息子/娘、学生/学習者、職業人、配偶者、ホームメーカー、親、余暇を楽しむ人、市民

参加者のアンケートから

・仕事をしたいと思っていたけれど、準備がまったくできていなかったことを実感しました。

・自分の弱点がわかった。

・さまざまな思いをもっている参加者同士の情報交換ができ、私も自分のライフプランとして何がやりたいか、もっと明確にしていきたいと思いました。

*4月14日(木)10時~12時「再就職をデザインする~実践編~」があります。

○新年度会員更新手続きのお願い○

4月以降、あい・ぽーとを継続してご利用いただく場合は、あい・ぽーと受付にて会員更新手続きを行って頂ける様、お願いいたします。

受講生募集「あい・ぽーとゼミ」開講!

~「女性・家族・子育てを考える」~

これまで毎月実施してきた施設長の子育て講座をリニューアル! 4回の連続講座で、子育てだけではなく、広く女性・家族・社会問題などを考えるゼミナールを開講します。

もう一度学生気分になってゼミに参加してみませんか? 子育てからちょっと離れて、広い視野で自分や子育てを見つめなおすひとときをもって頂ければ嬉しいです。

日程: 4月19日・26日・5月10日・17日 いずれも火曜日
時間: 10:00~11:30

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、4回出席可能な方

定員: 10名 受講料: 無料

託児料: 港区のかた 700円(二人目 400円) / 1回

: 他区のかた 1000円(二人目 600円) / 1回

申込方法: 4月7日(木)までに(必着)、必要事項をご記入の上、FAX かハガキでお送りください。応募多数の場合、抽選とさせていただきます。8日(金)に抽選を行い、結果は応募して頂いた方法でお送りします。

必要事項①受講者名②郵便番号・住所③電話番号

④託児の有無(託児ありの場合、お子さんの氏名・年齢)

あい・ぽーと FAX: 03-5786-3256

施設長からのメッセージ

まもなく4月、桜の便りが聞かれる頃となりました。桜は日本人にこよなく愛されている花です。私も大好きです。でも、私は二人の娘たちを育てていたとき、「子育ての心は桜ではなく、梅で」...とっていました。

蕪村が「二もとの 梅に遅速を愛す哉」と詠んでいるように、梅の綻び時は枝ごとに異なります。同じ幹に授かっても、分かれた枝には早咲きの蕾があれば、遅咲きの蕾もあります。しかも春浅い季節の寒さに耐えて、一つひとつが、じっくりと自分の咲き時を見つけて花開いていくのが、梅です。一方、暖かな陽射しのもと、一斉に咲き一斉に散る桜の花の潔さにも心惹かれますが、桜の花心は子育てには向きません。「早く、早く」「あの子はできて、なぜあなたはできないの」となってしまいかねないからです。桜前線に心急かされる季節を迎える度に、梅花を愛でる心の大切さを胸に刻みながら、幼い娘たちと過ごした日々が思い出されます。

施設長 大日向雅美

あい・ぽーとスタッフつれづれ日記

○祖母の愛情とあい・ぽーとのひだまりの中で成長したふたりの子どもが庭で元気に走っている。陽射しの中の四人は笑顔が一杯。幸せな光景に胸がジーンとしました。(知子)

○皆の好きなおやつ。あおぼの子どもたちが持参するものの中には昔ながらの干しイモ、昆布、ジャコも健在。おいしそうに食べています。(桜井)

○畑の白菜や大根もあつという間に花をつけいつの間にか季節は春。日々、春のひざしのこころおたやかにいこう。(陽子)

○大学4年4月、子どもの世界で生きていくことを確信しはじめた私は、経営学科にも関わらず、教育学科の科目を履修。とある教授もビックリ?!(秋原)

○子育て家族支援者養成講座が終了し、4月より認定者の子育て支援活動がスタートします。巣立ちに向けて受講生とともに私も夢をふくらませています。(池田)

○桜の季節は「ニッポン人」として生まれたことに喜びを感じてしまうとき。でも、花粉症になるとこの気持ち変わるのかしら。花粉とたたかっている皆さんがんばって!(林)

○図書ルーム「こもれび」にて。赤ちゃんに「ママね、本借りられちゃったよ」と嬉しそうに話しかけていたママ。ママが嬉しいのは、赤ちゃんも嬉しい!! スタッフも嬉しい!!(千秋)

あい・ぽーとパートナー

つれづれ日記

「あい・ぽーとは、たくさんボランティア&パートナーさんに支えられています。」

お子様と一緒に絨毯の上でゴロンして本が読めるのが好印象な図書室「こもれび」みんなでゴロン。(中村)

