



# ひだまり通信 27号



## ☆11月のプログラム☆

2005年10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)

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1わかば コーラストタイム Music Time	2 わかば	3 休み(文化の日)	4 わかば	5
6 休み	7 わかば マミー&ミー	8 造形あそび 子育て講座	9 おはようタイム 赤ちゃんタイム	10 トーンチャイム デッサン教室 よみきかせ	11 子育てなんでも 相談日	12 パパのため のシルバーアクセ サリー講座
13 休み	14 うきうきタイム	15 ビーズ講座 子育てサロン	16	17 ビーズ講座 トーンチャイム	18	19 お誕生会
20 休み	21 カード講座	22 セルフケア コーラストタイム Music Time	23 休み (勤労感謝の日)	24 トーンチャイム International Mom & Pop's League	25	26 おもちゃ病院 シルバーアクセサリ ー講座
27 休み	28	29	30 わいわいタイム			*12月10日土 シルバーアクセサリ ー講座

### 「うきうきタイム」

日時：14日(月)14:00～14:30

対象：あい・ぽーと会員の親子

手遊びやエプロンシアターなどを楽しみましょう！

### 「おはようタイム」

日時：9日(水)11:30～11:40

対象：あい・ぽーと会員の親子

親子で一緒に季節の歌を歌ったり、手遊びや体操などをします。

### 「マミー&ミー」

～あかちゃん連れて楽しむ英会話～

日時：7日(月)13:00～14:00

対象：0歳児の会員の親子 定員：10組

あい・ぽーと会員のママがお母さん向けに英語を教えてください。外国人のママやパパも多い港区。英語でコミュニケーションできたら、友達の輪がもっと広がるかも？！

参加費：港区の方 300円・他区の方 500円

### 「わいわいタイム」

日時：30日(水)14:00～14:30

対象：あい・ぽーと会員の親子

リズム遊びや体操など身体を動かして遊びます！

### 「あかちゃんタイム」

日時：9日(水)14:00～15:00

対象：0歳児の会員の保護者

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

### 「やさしいデッサン教室」

日時：10日(木)13:30～15:30

申込期間：1日(火)～8日(火)まで

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)

参加費：港区の方 500円・他区の方 800円

### 「親子で造形あそび」

日時：8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

### 「すくすく成長記録の会 わかば」

日時：1・2・4・7日10:00～11:00

14:00～15:00

対象：あい・ぽーと会員の親子

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？

### 「ビーズアクセサリー講座」

日時：15日・17日11:00～12:30

\* 今回は製作時間が1時間30分かかります。時間通り開始できるようにお集まりください。

\* プローチを作ります。

申込期間：4日(金)10:00～14日(月)まで 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。

\*1.5時間で終わらない方もいらっやいます。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

### 「子育てなんでも相談日」

日時：11日(金)10:00～16:00

ちょっと話をきいてもらいたいことや相談したいことがあれば、気軽にお声をかけてください。予約は不要です。

(子育て相談員・石井知子)

### ♪「コーラストタイム」

日時：1日・22日(火)14:00～14:30

対象：あい・ぽーと会員の親子

ピアノに合わせて親子で楽しく唄いましょう！

### ♪「My Music Time」

日時：1日・22日(火)14:30～16:00

対象：あい・ぽーと会員の保護者

少しの時間、ピアノを弾いてみませんか？プロの音楽家が優しく教えてください。お気軽にご参加ください。 参加費：無料

### 「11月生まれのお誕生会」

日時：19日(土)13:00～13:30

申し込みめくり：11月16日(水)までにお申込みください。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11月16日(必着)までにお持ちください。

参加費：港区の方 300円・他区の方 500円

### 「よみきかせタイム」

日時：10日(木)13:00～13:30

子育て・家族支援者の皆さんによる絵本の読み聞かせです。

### 「おもちゃの病院」

日時：26日(土)10:00～16:00

壊れたおもちゃをお持ちください。予約不要。事前にお預かりも可能です。

## Ai-Port International Mom & Pop's League

Would you like to get together with other English speaking parents to share your thoughts and concerns about raising kids in Tokyo? Do you want to make new friends and be a part of a supportive community? Then Ai-port is the place to be! There are meetings starting this month for English speaking parents to get together to share information, show support for each other, or to just simply gab and let off steam.

**Time: November 24<sup>th</sup>, 2 PM.**

**Requirements: You must be an English speaking parent living in the Tokyo area.**

## \*「パパのためのシルバーアクセサリ 連続講座」

11月12・26日12月10日(土) に行います。詳細は別紙チラシにて。

## 受講者募集「季節の手作りカード講座」



保護者向けの講座。画用紙を切ったり貼ったりして、手づくりの温もりのあるカードが出来上がります 11月はクリスマスのカードを予定しています。

**日時: 11月21日(月) 10:30~11:30** 申込期間: 4日(金)~16日(水)

対象: あい・ぽーと会員の保護者 定員: 先着5名

持ち物: カッター・ピンセット(あれば) 参加費: 港区 300円・他区 500円

\* 託児が必要な方は「あおば」に別途お申込ください。

## ◆ 受講者募集! 「11月の子育て講座」

### テーマ: 「働きながらの子育て 入門編」

育休明けに復帰する方、「働いてみようかな…でも」と迷っている方、不安や悩みはなんですか? 育児との両立…子どもへのうしろめたさ…? 自ら「働く母」の大日向施設長が、あなたの不安にお答えします。現在働いている方もぜひどうぞ。

**日時: 11月8日(火) 14:00~15:30**

講師: 大日向 雅美 施設長(恵泉女学園大学・大学院教授)

対象: あい・ぽーと会員の保護者 受講料: 無料

申込: 11月2日(水) 10:00~電話受付開始

託児料: 港区の方 700円(二人目以降 400円)

他区の方 1000円(二人目以降 600円)

\* 託児ご利用の方は13:45までにおいでください。

\* 託児の際、昼食は済ませてきていただきますようお願いいたします。

\* 託児の際のお子さんの持ち物: 飲み物・おやつ・着替え

・タオル・オムツ・おしり拭き・ビニール袋2枚・靴

\* お子様連れでの受講はご遠慮いただいています。当日のキャンセルは、恐れ入りますが託児料の半額のキャンセル料を頂きます。

## ◆ 受講者募集! 「産後のセルフケア&ボールエクササイズ」

産後に肩こり・腰痛など身体の不調を感じる方は多いもの。産後のカラダとココロにむきあい、自分自身でケアする方法を学びましょう。バランスボールを使った有酸素運動でリフレッシュしながら、カラダへの気づきを高めます!

**日時: 11月22日(火) ①10:30~11:30 ②11:40~12:40**

対象: あい・ぽーと会員のお母さん (1歳児以上のお子さんをお持ちの方も可)

\* 生後8ヶ月以上のおさんは託児をご利用ください。8ヶ月未満児は入室可。

10月27日(木) 10:00~受付開始。参加費: 港区500円・他区800円

## レポート「子育てサロン」アドバイザー: 牧浦 綾さん

心理カウンセラーの牧浦綾さんをお招きし、座談会形式で「子育てサロン」を開きました。当日は雨の降る中、6組の親子が集い、ゆったりとした雰囲気の中で、参加者の皆さんひとりひとりの悩みについてアドバイスを頂きました。

お悩み) いくら「ダメ」と言っても聞いてくれない…。(1才10ヶ月)

A. 「2才は二者選択の時期」と覚えて。自分の意思がでてくる時期なので親の思うままにはならなくなってきます。「これとこれ、どっちにする?」と選択肢を示すと、自分で選んだことに満足して素直にきいてくれますよ。

お悩み) 抱っこやおっぱいの要求が強く、眠りも浅いのですが…。(9ヶ月)

A. まずは、生活リズムを見直してみよう。朝起きたら明るくし、寝る場所と起きて活動する場所をはっきり分ける。心も身体もスッキリした目覚めが大切。午前中は公園やひろばなどに遊びに行く。外で十分に遊ぶと午睡もできる(寝ている間はママも休息をとる)そして夕方もう一度外にでて赤ちゃんに向き合う時間をとる。この「夕方もう一度」がポイント! 外の世界は赤ちゃんにとって良い刺激がいっぱい。そうすると眠る・飲む(食べる)のリズムも整ってきますよ。

## ★次回の子育てサロンは 11月15日(火) 14:00~15:00 です。

お子さんと一緒にご参加いただけます。お気軽にお越し下さいね!

参加希望の方はお電話か来館の際にお申込ください。定員10組 無料です

## 子育て講座レポート「しつけと虐待ってどう違うの?」

【受講者アンケートより】

- 虐待の連鎖の話など伺い、深い内容の講座でした。私自身、毎日の子育ての中で「虐待」なのか悩んでいたことがありましたが、「不必要に苦しむことはない」と言われて安心することができました。しつけ・自立に向けて一本筋の通った叱り方や育て方をしていきたいと思えます。
- 日頃、私は子どもに手をあげてしまうことが時折ありますが、手をあげた後、アザにならないかな?大丈夫だったかな?とと思っているので虐待ではないと思っています。しかし、しつけと思っていることがいつ快感に変わるかは自分自身わかりません。これからは、大丈夫と思わずに手をあげてしまいそうな時、一瞬子どもから距離を置くことにしてみようと思いました。

## ～施設長からのメッセージ～

10月の第3日曜は「孫の日」だったそうです。母の日・父の日・子どもの日があるのですから、祖父母と孫の関係を考える日があってもいいですね。でも、デパートなどがリッチな祖父母世代を対象に孫にプレゼントを買う日にしようとするなど、商戦に利用される傾向があるのは、いかがなものでしょうか?

私は子どもの頃、大のおばあちゃん子でした。目に入れても痛くないほど可愛がってもらった日々が今でも懐かしく想い出されますが、その祖母からもらった最大の贈り物は「年を取る喜び」を教えてもらったことです。「もっともっと長生きしたい。何をいただいても美味しいし、孫(私のことです!)は可愛いし、お嫁さんも優しくしてくれるから」というのが祖母の口癖でした。86歳で他界するまで、ゆったりと生きる喜びを全身で示してくれた祖母の姿を思い出す度に、心が温まります。

孫の日は、商戦に利用されることなく、むしろ、祖父母の豊かな人生経験を孫に伝えることを考える日になれば、と願っています。 施設長 大日向雅美

## スタッフつれづれ日記

○ 86年2月、無事2年間の通信教育課程を修了し、幼稚園一種免許を取得。郷里、宮崎での仕事を求めるも…(つづ) (萩原)

○ お座りがやっとならなってきた赤ちゃんと「げんこつ山」のたぬきさんを唄うと体を左右に揺らし、リズムをとってくれました。その姿が可愛くて何度も唄ってしまいました。(櫻井)

○ 22日(土) 雨が時折降る中、キッズ交流ガーデンの作業を行い、ほうれん草やカブの種を親子で蒔きました。畑もすっかり晩秋となり、冬を迎える準備です。(陽子)

○ 「運動会やお祭りや、嬉しいことがあるけれど、なんだか少し甘えたい。秋が来ましたよ」と娘が口ずさんでいます。気持ちの良い季節、子どもとたくさん遊びたいですね。(池田)

○ 暑い夏が思い出せないほど爽やかな涼しい日が続き、砂場のキウイが熟するのが楽しみです。子どもたちのめざましい成長に喜びつつ、今年もこのペースで年末ですね。(林)

○ 映画「空中庭園」を見ました。「家族」について考えさせられる作品。自分の「思い込み」で幸せに気付かないこともあるんですね。原作が「こもれび」にあります(千秋)

## あい・ぽーとパートナー つれづれ日記

○ 新人の仲です。今、5歳と3歳の我が子と「人生ゲーム」がブームです。子どもとの生活も楽しむとともに「私」の人生も大切にしたいです。どうぞよろしくお願ひします。(仲)

