



# Hidamari News 157号

## ひだまり通信 (9月)

Illustrated  
by GEN

※予約が必要な講座には☆印がついています。

2016年8月20日  
編集・発行：NPO法人あい・ぽーとステーション  
子育てひろば「あい・ぽーと」  
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 (最新号が閲覧できます)

Sun. 8/28	Mon. 29	Tue. 30	Wed. 31	Thu. 1	Fri. 2	Sat. 3
				<b>1</b> <b>親子で音遊び</b> ☆リピータークラス A. 10:15~11:00 B. 11:15~12:00 <b>トーンチャイム</b> 13:00~13:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>コーラストタイム</b> 14:30~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>2</b> <b>弾き語り読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>3</b> <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00
<b>4</b>	<b>5</b> <b>ふれあい体操</b> ☆ kids2 10:15~11:00 kids1 11:15~12:00 baby 12:15~13:00 <b>ミヤシタ ☆The Party</b> ☆ 11:00~12:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>6</b> <b>みかちゃんタイム</b> 13:30~13:50 <b>親子&amp;キッズパレエ</b> ☆ 親子A. 14:00~14:40 親子B. 14:50~15:30 <b>キッズリピーター</b> 15:40~16:20 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>7</b> <b>わかぼ(牧浦)</b> 10:00~15:00 <b>エアロビ&amp;アロマストレッチ</b> ☆ 10:30~11:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>ママパレエ</b> ☆ 14:00~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>8</b> <b>親子リトミック</b> ☆ A. 10:10~10:50 B. 11:00~11:40 C. 11:50~12:30 <b>造形あそび</b> ☆① 11:30~12:00 ② 13:30~14:00 ③ 15:00~15:30 <b>トーンチャイム</b> 13:00~13:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>親子ダンス</b> ☆ A. 14:50~15:30 B. 15:40~16:20 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>9</b> <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>10</b> <b>キッズ交流ガーデン</b> ☆ <b>(大根・白菜)</b> 10:30~12:00 <b>(さといも)</b> 13:30~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00
<b>11</b>	<b>12</b> <b>赤ちゃんタイム</b> 14:00~15:00 テーマ:うす着ってどれくらいのこと? <b>宮下料理クラス</b> ☆ 14:00~16:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>13</b> <b>Babyヨガ</b> ☆ A. 10:30~11:20 B. 11:30~12:20 <b>アロマヨガ</b> ☆ 12:30~13:30 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>14</b> <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>おやくodeいご</b> ☆ A. 15:00~15:30 B. 15:45~16:15 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>15</b> <b>親子で音遊び</b> ☆リピータークラス C. 10:15~11:00 D. 11:15~12:00 <b>The 薬膳</b> 11:00~12:00 <b>トーンチャイム</b> 13:00~13:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>コーラストタイム</b> 14:30~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>16</b> <b>弾き語り読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>17</b> <b>おもちゃの病院</b> 10:00~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00
<b>18</b>	<b>19</b> <b>敬老の日</b>	<b>20</b> <b>みかちゃんタイム</b> 13:30~13:50 <b>親子&amp;キッズパレエ</b> ☆ 親子A. 14:00~14:40 親子B. 14:50~15:30 <b>キッズリピーター</b> 15:40~16:20 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>21</b> <b>エアロビ&amp;アロマストレッチ</b> ☆ 10:30~11:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>ママパレエ</b> ☆ 14:00~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>22</b> <b>秋分の日</b>	<b>23</b> <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>24</b> <b>キッズ交流ガーデン</b> ☆ <b>(大根・白菜)</b> 10:30~12:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00
<b>25</b>	<b>26</b> <b>ふれあい体操</b> ☆ kids2 10:15~11:00 kids1 11:15~12:00 baby 12:15~13:00 <b>大型絵本</b> 14:00~14:15 <b>お誕生会</b> ☆ 14:15~15:00 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>27</b> <b>Babyヨガ</b> ☆ A. 10:30~11:20 B. 11:30~12:20 <b>アロマヨガ</b> ☆ 12:30~13:30 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>28</b> <b>親子で音遊び</b> ☆ヒキナースクラス A. 10:00~10:45 B. 11:00~11:45 C. 12:00~12:45 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>おやくodeいご</b> ☆ A. 15:00~15:30 B. 15:45~16:15 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>29</b> <b>親子リトミック</b> ☆ A. 10:10~10:50 B. 11:00~11:40 C. 11:50~12:30 <b>トーンチャイム</b> 13:00~13:30 <b>読み聞かせこもれび</b> 13:45~14:15 <b>親子ダンス</b> ☆ A. 14:50~15:30 B. 15:40~16:20 <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	<b>30</b> <b>まちフロタイム</b> 15:30~16:00	

講座の詳細は、  
館内ちらし・HPをご覧ください。



### <連続講座について>

リトミック・Babyヨガ・アロマヨガ・親子で音遊び・親子パレエ・ママパレエ・親子ふれあい体操・エアロビ&アロマストレッチ・親子ダンス・KIDS交流ガーデンは連続講座です。現在開講中のクラスにつきましては、受付を終了しております。次回のクラスにつきましては、HP又は館内ちらしをご覧ください。

### <講座予約に関するお願い>

「造形」の予約申込みは原則として講座開催の1週間前とさせていただきます。(最少開催人数を4名)「連続講座」については：最少開催人数6名開催出来ない場合はご連絡させていただきます。予めご了承下さい。

### 講座受講者向けの保育について

保護者向けの講座に参加される方は、講座受講者向けの一時保育をご利用いただけます。定員がございますので、講座ご予約の際に保育のご利用の有無も合わせてお伝えください。

講座参加時の保育料金は、下記の通りです。

港区在住・在勤 60分 500円 90分 700円  
区外 60分 700円 90分 1,000円

- \* 15分前には受付にお寄り下さい。
- \* 短時間での保育ですので、お食事はお受けできません。おやつ、ミルクはお預かりいたしますので、ご持参ください。
- \* 連続講座の保育のキャンセルに関しましては、講座募集チラシに掲載しておりますキャンセル規定の通りです。
- \* 単発講座の保育のキャンセル料の発生時期・割合につきましては、「あおば」に準じます。詳しくは「あおば」利用案内をご覧ください。

### <予約が必要な毎月の講座>

**\*お誕生日会\*** ハーフバースデーも歓迎！  
記念写真を撮ったり、お子さんの手形を取ったりして成長の記録をメモリアルカードにしてお渡しします！  
**<参加費：港区300円/区外500円>**  
※お子様の顔写真を入れたキーホルダーをご希望の方は別途お申込みください。  
直径5cmの円にお顔が納まる写真を切らずにお誕生会一週間前までに提出ください。(郵送可)  
**<キーホルダー代：300円>**

**\*親子で造形遊び\***  
対象:2歳以上親子  
定員:6組  
**<参加費：港区300円/区外500円>**  
※キャンセル料発生  
受講日の一週間前9時~前日17時  
→受講料の1割  
前日17時~当日→全額

※お子さんもお母さんも汚れても良い服装でお越しください。



### <予約の必要がないプログラム>

- \* **読み聞かせ「こもれび」** 2階の図書ルームで絵本の読み聞かせをしています。途中入室・退室自由ですので、お気軽にどうぞ！
- \* **みかちゃんタイム** 伊藤美佳さん(東洋大学専任講師)による読み聞かせ等
- \* **赤ちゃんタイム** アドバイサー:羽室俊子さん(保健師)  
0歳児の親子向けふれあい遊びや保護者同士の交流
- \* **成長記録「わかぼ」** 身長・体重を測定し、お子さんの成長の記録を残しませんか？日頃のちょっとした悩み・相談にものつてくださいます。  
牧浦さん:臨床心理士  
竹内さん:看護師・子育て家族支援者
- \* **トーンチャイム** お子さんと一緒に美しい音色を聴きながら練習できます。  
対象:保護者(お子様の同伴可)
- \* **コーラストタイム** ピアノに合わせてみんなで季節の歌を歌いましょう♪

☆お料理講座情報☆

＊宮下料理クラス＊

<9/12(月)> 先着順にて受付中  
 <10/31(月)> 抽選受付：8/26(金)・8/27(土)  
 結果公表：8/29(月)

＊MIYASHITA プレゼンツ The パーティー＊

<9/5(月)> 先着順にて受付中  
 <10/17(月)> 先着順にて受付中

＊The 薬膳＊

<9/15(木)> 先着順にて受付中  
 <10/13(木)> 抽選受付：8/22(月)・8/23(火)  
 結果公表：8/24(水)



詳細はチラシをご参照下さい。  
 抽選受付期間終了後、定員に満たない場  
 合は先着順でお受けします。

◎あい・ぽーとバースデイ◎

13th あい・ぽーと「ふれあいフェスタ」

日時：10月22日(土) 10:30~16:00

☆プロのカメラマンによる撮影&プレゼント☆

毎回大好評のプロカメラマン鈴木さんによるお子さん&ご家族の写真撮影会です！  
 参加された方には、あい・ぽーとオリジナルフォトフレームと、  
 撮影した写真をプレゼントします☆

他にもお楽しみプログラムを企画中です。

事前予約受付開始日やその他詳細は、  
 チラシとHPをご参照下さい！

丸の内キッズジャンボリー2016

ご参加の方々から嬉しいお声を頂きました。



「台風が来るかもと心配でしたが、足を運んで良かったです。どのプログラムも、クロナコビトくんと楽しめました！」

「子育てトーク中は、工作コーナーで子どもを預かって頂けたので、ゆっくりと先生方のお話を聞く事ができました。子どもも大人も楽しめました。お土産の冒険メダルも、子どものお気に入りです。」

＊水遊び中止のお知らせ＊

今年の水遊びは中止しております。  
 詳しくはhpをご覧ください



「夢の子育てひろば」は1日間限定でしたが、「あい・ぽーと」のひろばは、毎日皆さんをお待ちしております。大好評のまちプロさんのコーナー：「まちプロタイム」は月曜日から土曜日まで 15:30~16:00で開催しております。スタッフ一同、利用者の皆さんにお目にかかれることを楽しみにしておりますので、「あい・ぽーと」のひろばにも是非お越しください。

【施設長からのメッセージ】

「ほめて育てる」と言いますが、これはなかなか難しいことかもしれません。最近子どもがちよっと何かする度にオーバーにほめる親御さんもいらっしゃいます。子どものやる気をのばしたいという気持ちが裏にあるようですが、それはちよっと思いとどまって！なぜならそこには親の思い通りに動くことを期待する気持ちが働きかねないからです。そうした親の期待を敏感に察知するのも子どもです。ママやパパの期待に応えよう！応えなくてはならない！！と思いつめ、期待に添えないと自分はダメな子、悪い子だと自信を失うこともあります。そうして親の引いたレールを素直に走ってしまった結果、自分の生き方を考え始める思春期に苦しむ子どもたちが最近増えていると聞きます。

それではどうしたら良いのでしょうか？親は特別にほめる必要はありません。お子さんと一日一日をじっくり楽しみましょう。もし、少しでも会話ができるようになったら、お子さんの言葉にじっくり耳を傾けてあげて下さい。大好きなママやパパに自分の話を楽しそうに聴いてもらえたという経験は、人とコミュニケーションをする喜びと共に自分は受け入れてもらえたという自己肯定感へとつながっていきます。自己肯定感がしっかり育まれた子は、やがて成長と共に行動範囲を自分で拡げて豊かな人間関係を築いていけることでしょう。子育ては長い道のり。何気ないことを大切に紡いでいくことが大切です。 大日向雅美

～スタッフつれづれ日記～ 今月のテーマは「子どもの頃、ほめられたこと」

- ＊褒められた記憶・・・ないです。「ほめて育てる」時代ではなかったのかな？お祭りで「くじ運が良い」と褒められ？たことはありました。池田
- ＊両親や学校の先生に「良くも悪くも“肥後もっこす”の典型」と、よく言われていました。熊本弁で頑固者という意味です…(苦笑) 古閑
- ＊小学校の先生に「バカがつくほど真面目なところが素晴らしい」と褒められ、真面目もチャームポイントになるんだと嬉しくなりました。小貫
- ＊昔から怖いもの知らずと言われ褒められ？そしてお肉が嫌いだったので、野菜ばかりを食べているだけで褒められていた記憶があります。早坂
- ＊幼い頃、何かを頂いたときに“ありがとうございます”と常にお礼を言っていたら、お礼が言えることは良いことだと褒められました。高橋
- ＊祖母の友人宅を訪問した折、お玄関で靴を揃えた私に、お行儀が良い！とかけてくださった言葉。祖母の嬉しそうな顔が思い出されます。齋藤