



Sun.	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.
2	3 わかば 10:00~11:00 13:00~15:00	4 わかば 10:00~11:00 13:00~15:00 (*予約制) 親子で造形あそび 13:30~14:00 コーラスタイム 14:00~ My Music Time 14:30~	5 わかば 10:00~11:00 13:00~15:00	6 わかば 10:00~11:00 13:00~15:00 (*予約制) ピースアクセサリ講座 11:00~12:00 トーンチャイム 11:15~12:00 14:00~14:45	7	8 (*港区民対象登録制) キッズ交流ガーデン 10:30~12:00 13:30~15:00
9	10 赤ちゃんタイム 13:00~14:00	11 子育てサロン (*予約制) 13:00~14:00 14:15~15:15	12 (*予約制) 産後のセルフケア& ボールエクササイズ 10:30~11:30 11:40~12:40	13 (*予約制) 親子で造形あそび 11:30~12:00 トーンチャイム 11:15~12:00 14:00~14:45	14 井林おじさんの紙芝居劇場 11:30~12:00 13:30~14:00	15 (*予約制) 7月生まれのお誕生会 13:00~13:30
16	17 海の日	18 コーラスタイム 14:00~ My Music Time 14:30~	19 マミー&ミー (*予約制) 13:30~14:30 14:45~15:45	20 (*予約制) やさしいデッサン教室 13:30~15:30 あいあいグラマの よみかかせタイム 13:00~13:30 トーンチャイム 11:15~12:00 14:00~14:45	21 	22 (*予約制) 夕涼みコンサート (ハワイアン)
23	24 (*予約制) International Mam & Pop's League 14:00~	25 わいわいタイム 14:00~14:30	26 New (*予約制) 親子で音あそび A 10:15~11:00 B 11:15~12:00 C 13:15~14:00	27 夏季限定 水あそび 10:00~11:30 トーンチャイム 11:15~12:00 14:00~14:45	28 (*予約制) 子育て講座 13:30~15:00	29
30	31 うきうきタイム 14:00~14:30	8/1	2	*次回キッズ交流ガーデンは冬野菜(大根・白菜、ホウレン草・かぶ)です。 詳細は7/11(火)発行の港区報をご覧ください。 		

イチョシ
今月の講座ピックアップ!
親子で音あそび **NEW!!**

日程：7/26 8/30 9/27 10/25 *各水曜日
対象：全4回のセッションに参加可能な方
【グループA】 10:15~11:00
6ヶ月以下の乳児とその親
【グループB】 11:15~12:00
7ヶ月~1歳未満の乳児とその親
【グループC】 13:15~14:00
満1歳~2歳未満の乳児とその親
*各グループ、年齢は申し込み時点での年齢です。
定員：各グループ7名 (*前4回分を前払い)
参加費：港区 1200円 / 区外 2000円
申し込み受付 (*詳細は別紙チラシをご覧ください。)
7/5(水)午前10時~先着順にて受付いたします。

わかば

日時：3(月)、4(火)、5(水)、6(木)
10:00~11:00 13:00~15:00
対象：あい・ぽーと会員の親子
内容：身長・体重を測定し、毎月のお子さんの成長の記録を残しませんか?
わかばでは保健師の先生が皆さんの日頃のちょっとした悩みや相談にのってくれます。どうぞお気軽にお尋ねください。
(受付は当日、授乳室までお越しください。)

新コーナー 今月の「こもれび」新刊紹介
「ちょっと待って! フッ素でむし歯予防?」
公衆衛生学博士 里見 宏 / 著
ジャパンマシニスト社 / 出版
題名を読んですでにドキッ!?
歯磨き粉のパッケージでもよく目にする「フッ素」という言葉。
フッ素 = むし歯予防のイメージでしたが、著者からの「待った!!」が、
人体への毒性や深刻な環境問題など、フッ素の持つ「効果」と「害」について改めて問い直す一冊です。
同出版社の情報誌「がちお」創刊号も入りました。
じいじ・ばあば・おとうさん・おかあさん、みんなの声が
つまった子育て応援本です。

産後のセルフケア
ボールエクササイズ

日時：12日(水) 10:30~11:30
11:40~12:40
申込期間：~10日(月)まで。
対象：あい・ぽーとと会員のお母さん(親子)
*ハイハイができるまでのお子さん(目安は8ヶ月)
(それ以上のお子さんは保育が必要になります。)
*妊娠中の方でも参加できます。(安定期~)

定員：7名
参加費：港区 500円・区外 800円
内容：産後女性が抱える体のトラブル(腰痛・肩こり・腱鞘炎・尿漏れ・乳腺炎など)のほとんどは、筋力不足、血行不良、過度の緊張などが原因です。
例えば、おなかまわりの筋力が低下すると、美しい姿勢を保ちにくくなります。骨盤が後ろに倒れる猫背、背中の血行不良、肩のムダな緊張...と連鎖してさまざまな不調を作ってしまうのです。「筋力」といっても、特別なトレーニングは必要ありません。
座る、立つ、オムツがえ、授乳、抱っこといった、赤ちゃんとの暮らしをそのままトレーニングにしてしまえばよいのです。(赤ちゃんはちょうどよいダンベルに!)
この講座では、それらのポイントを正しく学び、さらにバランスボールを使って気持ちよく体を動かしながら、自分で自分の体を調整できることを体験します。

今月から【ひだまり通信】(English版)が
あい・ぽーとサイト上に掲載されます。

今夏の「夕涼みコンサート」
は、**ハワイアン**コンサートです
(*詳細は別紙チラシをご覧ください。)
夏季限定「水あそび」も始まります。
今月から「親子で音あそび」が
仲間入りしました。
(*詳細は別紙チラシをご覧ください。)

- 新着情報**
- ・恒例! 夕涼みコンサート
 - ・あおばの利用方法が変わりました。
 - ・布絵本講習会のお知らせ
 - ・お待ちかね、水遊び!

夕涼みコンサート
毎年豪華ゲストで盛り上がり、恒例になりました夕涼みコンサートを今年ももちろん開催します。
場所はあい・ぽーと園庭、日時は7/22(土)を予定しています。(*詳細は別紙チラシをご覧ください)

あおばの利用方法が変わりました
一時保育あおばをご利用の際に記入して頂いていた**利用申込書**の記入項目に**生年月日**と**お迎えの方**の2項目が追加されました。
お迎えの際に、これらの2項目を確認させていただきます。安全管理上、どうかご協力をお願い致します。

布の絵本講習会
9月から、勤労者布の絵本連絡会「わくわく21」「すくすくS」による、布の絵本製作講座が始まります。ひろばにも「わくわく21」「すくすくS」から寄贈された布の絵本があります。一緒に製作してみませんか。
日時：9月9日、10月21日、11月18日
いずれも土曜10時から12時
全3回で完成となります。
定員：20名(保育は5名まで可)
参加費：3,000円(全3回の材料費)
その他：用意するものなどありますので、詳細はお問い合わせ下さい。

水あそび 夏季限定
日時：7/27(木) 10:00~11:30
対象：0~3歳未満のお子さん
持ち物：水着 or 新しいパンツ、バスタオル
*気温 28 以上で実施します。雨天や光化学スモッグにより中止することもあります。



親子プログラム

産後のセルフケア & (*予約制)

ボールエクササイズ

*産後のセルフケア&ボールエクササイズ講座詳細はおもて面【今月のイチオシ講座ピックアップ】をご覧ください。(コチラの裏面なんだなあ)



「あいあいグランマ」のよみきかせ

日時:20日(木) 13:00~13:30
内容:あい・ぼーとで勉強や実践を積んでいる、子育て・家族支援者グループ「あいあいグランマ」による楽しい読み聞かせの時間です。
対象:あい・ぼーと会員の親子

ミュージック

トーンチャイムサークル

日時:毎週木曜 11:15~12:00 14:00~14:45
対象:あい・ぼーと会員の保護者(子ども同伴可)
内容:お子さんと一緒に美しい音色を聴きながら練習ができます。サークルを通して仲間と共に創りあげる喜びを体験しませんか?

コーラスタイム

日時:4日、18日(隔週火曜日) 14:00~14:30
対象:あい・ぼーと会員の親子
内容:赤ちゃんから大人まで!ピアノにあわせて童謡などをみんなで楽しく歌います。

マイミュージックタイム

日時:4日、18日(隔週火曜日) 14:30~
対象:あい・ぼーと会員の保護者
内容:憧れのあの曲をピアノで弾いてみたいと思いませんか?プロの音楽家が優しく教えてくれます。

スタッフつれづれ日記
子育て中は、自分のためだけに時間を過ごすにためらいもありません。でも、少しずつですが、小説を読みはじめました。こもれびにも癒しの本がたくさんあります。ぜひご利用下さい。(池田)

パートナーつれづれ日記
こんな都会の真ん中に力エが我が物顔で住んでいるとは!?一期一会のあい・ぼーとに惚れ込み、仲間いりました。(小貴)

子育てサロン (*予約制)

アドバイザー:牧浦 綾さん
日時:11日(火) 13:00~14:00 14:15~15:15
(*好評につき2回開催になりました)
申込期間:事前のお申し込みが必要です。当日申し込みもお受けしています。(窓口までお問い合わせください。)

わいわいタイム

日時:25日(火) 14:00~14:30
対象:あい・ぼーと会員の親子
内容:保育士のハギさん、しほさんと一緒にわいわい歌って楽しいお楽しみ会

赤ちゃんタイム

日時:10日(月) 13:00~14:00
対象:0・1歳児のあい・ぼーと会員の保護者
内容:赤ちゃんと家庭でできるふれあい遊びの紹介や保護者同士の交流をします。

趣味の講座

やさしいデッサン教室 (*予約制)

日時:20日(木) 13:30~15:30
対象:あい・ぼーと会員の保護者
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)
*ご希望の方は水彩絵の具パステル、またモチーフとしてお子さんの写真や玩具などもお持ちください。
申込期間:~18(火)
定員:8名
参加費:港区 500円 / 区外 800円

ビーズアクセサリ講座 (*予約制)

日時:6日(木) 11:00~12:00
対象:あい・ぼーと会員の保護者
内容:今月の作品は、「ブルーとグレーのクリアビーズネックレス」をつくります。
盛夏に涼しげな印象をもたらすクリアビーズで作るネックレスです。ブルーとグレーのビーズは上品な印象を与える組み合わせです。出来上がり36cm(アジャスター可能)ビーズ未経験の方でも簡単に作れるネックレスです。この機会に是非挑戦してみてください。
*時間内で終わらない方もいらしゃいます。保育の時間は各自ご検討ください。
申込期間:~5日(水)締め切り
定員:5名
参加費:港区 500円 / 区外 800円

【施設長からのメッセージ】

紫陽花が梅雨空に映える季節です。お元気でお過ごしでしょうか?
梅雨時はジメジメして、お洗濯物も乾きにくく、小さいお子さんのいるご家庭は難儀のことでしょう。大人にとっては何かとうとうしい季節ですが、そんな中でも子どもたちは楽しみを見つける名人です。
私の娘たちは小さい頃、雨が降ると、よくお散歩をせがんだものでした。ベビーカーに透明の覆いをかけて出かけるのが大好きだったので。ビニールにはじく雨の雫のダンスと雨音にうっとりしていた姿が、つい昨日のこのように思い出されます。
とかく私たちは目の前にあるものの大切さから目を逸らして、ないものねだりをする時があります。
聞き分けのない子どもの世話に明け暮れていると、つい、自由に羽ばたけた独身時代を懐かしく思うのも、そんな心境のせいかもしれません。確かに子育ては地味なことの繰り返しです。でも、ささやかな楽しみを重ねつつ子どもたちと過ごした日々は、後から振りかえると宝石のようにきらきらと輝いて蘇ってくるものです。
子どもの笑顔がはじける夏も、間もなくです!梅雨の季節を上手に乗り切る工夫を、ひだまりのお部屋で交換しあえるといいですね。

施設長 大日向 雅美

親子で造形あそび (*予約制)

日時:4日(火) 13:30~14:00 13日(木) 11:30~12:00
対象:あい・ぼーと会員の親子(2歳以上)
*汚れても良い服装でお越しください。
定員:6組
参加費:港区 300円 / 区外 500円

うきうきタイム

日時:31日(月) 14:00~14:30
対象:あい・ぼーと会員の親子
内容:保育士のかおるさん、ホシさんとうきうきしちゃうお楽しみ会

井林おじさんの紙芝居劇場

日時:14日(金) 11:30~13:30
内容:あい・ぼーとで勉強や実践を積んでいる、子育て・家族支援者の井林おじさんによる愉快な紙芝居の時間です。
対象:あい・ぼーと会員の親子

インターナショナル

マミー&ミー (*予約制)

~子ども連れて楽しむ英会話~
日時:19日(水) 13:30~14:30 14:45~15:45
(*講師につき今月から2回開講になりました。)
対象:0・1歳児の会員の親子
定員:10組
参加費:港区 300円・他区 500円
内容:あい・ぼ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、友達との輪がもっと広がるかも?!

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: July 24th, 2 PM.
Requirements: You must be an English speaking parent living in the Tokyo area.

誕生会 (*予約制)

日時:15(土) 13:00~13:30
申込期間:たくさんのお友達と一緒に家族揃ってお祝いしませんか?
(お子さんの顔写真を入れた直系5cmほどのキーホルダーをご用意します。)
写真は切らずに12日(水)*必着
参加費:港区の方 300円・区外の方 500円

子育て講座 (*予約制)

【7月テーマ】
「自分ができる!」~意欲のある子どもに育てる工夫~
講師:大日向 雅美 施設長
(恵泉女学園大学・大学院教授)
日時:28日(金) 13:30~15:00
受講料:無料
申込期間:18日(火)10:00~25日(火)
保育料:港区 700円 (二人目以降 400円) 区外 1000円 (二人目以降 700円)
*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、恐れ入りますが保育料の半額をキャンセル料として頂戴いたします。
【一時保育保育あおばからのお願い】
*保育ご利用の際は15分前には受付にお寄りください。
*お預けの前にはできる限り、昼食・おトイレ(オムツ交換)を済ませてからお越しいただきますようお願いいたします。
*一時保育あおばへのお子様のお預けは原則5分前からとなっております。ご協力をお願いします。