



2009年11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)



Illustrated by GEN

【ひだまり通信】(English Ver.)も登場!

Sun.	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.
11/29	30	12/1 わかば 10:00~11:00 (牧浦先生) 13:00~15:00 リトミック 10:10~10:50 (予約制) 11:00~11:40 11:50~12:30 コーラスタイム 14:00~14:30	2 わかば 10:00~11:00 (牧浦先生) 13:00~15:00 ふれあい体操 (予約制) 10:15~11:00 11:15~12:00 12:15~13:00 親子バレエ (予約制) 14:00~14:40 14:50~15:30 15:40~16:20	3 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 みかちゃんタイム 14:40~15:00	4 わかば (羽室先生) 10:00~11:00 13:00~15:00 クリスマスアレンジメント (予約制) 10:00~12:00	5 グリーンサポート (作業日) 10:30~12:00
6	7 わかば 10:00~11:00 (羽室先生) 13:00~15:00 親子で音遊びピクニック (予約制) A,10:15~11:00 B,11:15~12:00 アロマのある生活 はんどめいど講座 (予約制) 13:00~14:30	8 Babyヨガ A,10:10~11:00 (予約制) B,11:10~12:00 親子で造形あそびA (予約制) 13:30~14:00 15:00~15:30	9 アロマのある生活 はんどめいど講座 (予約制) 11:30~13:00 ライフデザイン (予約制) 14:30~16:00 ~きれいで健康な体を作る セルフケア~	10 親子で造形あそびA (予約制) 11:30~12:00 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 お母さんのための絵画教室 (予約制) 13:30~15:00	11 井林おじさんの紙芝居劇場 11:30~ 13:30~	12 12月生まれのお誕生会 (予約制) 14:00~14:30
13	14 親子で音遊びピクニック (予約制) A,10:00~10:45 B,11:00~11:45 C,12:00~12:45 みかちゃんタイム 13:30~13:50	15 おもちゃの病院 10:00~15:00 リトミック 10:10~10:50 (予約制) 11:00~11:40 11:50~12:30 コーラスタイム 14:00~14:30	16 ふれあい体操 (予約制) 10:15~11:00 11:15~12:00 12:15~13:00 親子バレエ (予約制) 14:00~14:40 14:50~15:30 15:40~16:20	17 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 赤ちゃんタイム 13:00~14:00 テーマ:くしゃみ・はなみず	18 英語で UKIUKIタイム 14:00~14:20	19 クリスマスコンサート (予約制) 14:00~14:45
20	21 親子で音遊びピクニック (予約制) C,10:15~11:00 D,11:15~12:00 E,13:00~13:45	22 Babyヨガ (予約制) A,10:10~11:00 B,11:10~12:00 子育てサロン 13:00~15:00 テーマ:風邪予防	23 天皇誕生日	24 あいあいグラマよみかかせ 13:45~14:00  (トーンチャイムはお休みです)	25	26
27	28(ひろば最終日)	29(あおば祝日扱い)	30(あおば祝日扱い)	31	1/1	2

### 今月のピックアップ☆

詳しくはHPか館内のチラシをご覧ください!

### ♪連続講座開講情報♪

#### ★リトミック

2010年1月19日、2月2日、16日、3月2日、16日、30日  
 受付期間：12月15日(火)まで(抽選)

#### ★Babyヨガ

2010年1月12日、26日、2月9日、23日、3月9日、23日  
 受付期間：12月8日(火)まで(抽選)

#### ★親子ふれあい体操

2010年1月13日、2月3日、17日、3月3日、17日、31日  
 受付：11月26日(木)10時~窓口にて受付開始(先着順)

#### ★音遊び

ピクニッククラス 受付期間：12月1日(火)まで(抽選)  
 ピクニッククラス  
 受付：ABグループ 11月20日(金)10時~窓口にて受付開始  
 CDEグループ 11月25日(水)10時~窓口にて受付開始  
 (各クラスとも先着順に変更しました!)

#### ★ママバレエ

2010年1月18日、2月15日、22日、3月1日、8日、15日  
 受付：窓口にて受付中(先着順)

#### ★親子バレエ

2010年1月6日、27日、2月10日、24日、3月10日、24日  
 受付期間：12月10日まで(抽選)

※各プログラムとも詳しくはHPと館内のチラシをご覧ください。

### ♪クリスマスコンサート♪

日時：12月19日(土)14時~14時45分  
 申込み：窓口にてチケット販売中です。  
 (お電話でのご予約は12月1日(火)10時~)

毎年好評のプレゼントもあります。別紙チラシを見てね!

### ♪ライフデザイン講座♪

#### ★きれいで健康な体を作るセルフケア

12月9日(水)14:30~16:00  
 バレリーナの岸川先生に美しさと健康を保つ秘訣を教えてください。  
 受付期間：12月3日(木)まで(抽選)

#### ★もう一度働くためのHappyレシピ

(財)21世紀職業財団との共催での4回連続再就職セミナーです。  
 日時：第1回目2010年1月15日(金)10:30~12:00  
 テーマ：「女性が働く意義と子どもや家族への影響」  
 講師：大日向施設長

※2月は再チャレンジサポートのための企画を2回実施予定です!

### ~ 年末・年始のお知らせ ~

ひろば 12月29日(火)~1月4日(月)はお休みになります。

あおば 12月31日(木)~1月3日(日)はお休みになります。

※なお、12月29日(火)~30日(水)、1月4日(月)のあおばにつきましては、**祝日扱い**となります。  
 この3日間の**予約締切日**は**22日(火)**となりますので、ご注意下さい。  
 ※1月4日(月)~5日(火)の**キャンセル料**は、**12月25日(金)17:00以降発生**します。ひろば休館中は、**日・祝日扱い**になりますので予めご了承下さい。

## 親子プログラム

### ◇ 誕生会 ◇ (予約制)

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キーホルダーをご用意します。)

**\* 直径5cm の円にお顔が納まる写真を切らずに9日(水)までにご提出下さい。(郵送可)**

参加費:港区 300円・区外 500円

### ◇ 親子で造形あそび ◇ (予約制)

対象:あい・ぽーと会員の親子(2歳以上)

\* お子様もお母様も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

☆7月から回数を増やし、内容もAとB2種類になりました。

### ◇ みかちゃんタイム ◇

内容:みかちゃん(東洋大学専任講師:伊藤美佳さん)による絵本の読み聞かせなど。

### 講座受講時の一時保育の利用について

「あい・ぽーと」では、保護者向けの講座に参加される方のために一時保育をご用意しています。保育には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下さい。

・保育を希望される多くの方のご要望にお応えするために、講座受講時の保育は、一時保育室「あおば」ではなく、2階ホールや交流サロンなどで実施することになりました。保育の受け入れ(引き渡し)の場所は、当日窓口でお知らせ致します。

・講座参加時の保育利用料金は、下記の通りです。(二人目以降も同じ料金とさせていただきます。)

港区在住・在勤 60分の講座 500円。 90分の講座 700円  
区外 60分の講座 700円。 90分の講座 1,000円

\* 混雑が予想されますので、15分前には受付にお寄りください。

\* お子さんのお預けは原則5分前からとなっております。

\* **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、ミルク等はお預かりいたしますので、ご持参ください。

\* 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。

## \*\*\* ひだまりの庭 \*\*\*

### ♪親子バレエ♪

10月より新たに「親子バレエ」のプログラムが開講致しました。キッズクラスでは、お姉さんたちがかわいしいレオタードを来て練習に励んでいます。また、ご要望にお応えして1月より新たに「ママバレエ」も開講予定です。12月のライフデザイン講座やバレエにと大活躍して下さっている講師の岸川先生から下記のメッセージを頂きました。

各講座とも、基礎から丁寧に指導して行きますので、初めての方も安心してご参加いただけます。美しい音楽にのって、踊ることを楽しみましょう。

『親子バレエ』は、40分と短めですが、バレエの簡単なストレッチ、バレエの基礎を親子で楽しんで頂けたら…と思っています。キッズクラスは、お子様をメインに、まずは踊ることを楽しいと感じてもらえるよう心掛けています。

『ママバレエ』では、最初にしっかりとストレッチしながら、家事・育児で凝り固まった身体をほぐしていきます。その後、パーレッスン、センターレッスンと続きます。みなさんの中には妊娠前までバレエを続けながら、育児のために中断してしまった方もいらっしゃることでしょう。ママになってもバレエは続けられます!! また、「バレエの経験はないけれど興味はある。」「憧れるけれど、自分にできるかしら。」という方も大歓迎です。ママになったからこそ女性らしい美しさをバレエで深めてみませんか？

あい・ぽーとで

「mama リーナ実現させましょう！」

新国立劇場バレエ団

・あい・ぽーとバレエ

講師・岸川 章子



## 子育て講座ほか

### ◇ 子育て講座 ◇ (予約制)

今月はお休みさせていただきます。

### ◇ 赤ちゃんタイム ◇

アドバイザー:羽室 俊子さん(保健師)

テーマ「くしゃみ・はなみず」

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。

対象:あい・ぽーと会員の0・1歳児の親子

### ◇ 子育てサロン ◇

アドバイザー:牧浦 綾さん(臨床心理士)

テーマ「風邪予防」

内容:皆さんの身近な子育ての悩みや疑問をお子さんと遊びながら気軽に話し合えます。

### ◇ わかば ◇

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?保健師や臨床心理士の方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。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。)

## 趣味の講座

保育付きの講座はスタッフ確保のため〆切を1週間前に早めさせていただきますので、ご了承ください。

### ◇ お母さんのための絵画教室 ◇ (予約制)

対象:あい・ぽーと会員の保護者

持ち物:スケッチブック(B4サイズ)・消しゴム  
水彩色鉛筆(\*水彩色鉛筆以外も可)・鉛筆  
モチーフ用にお子様のお写真をおもちいただいても結構です。

申込期間:参加日の1週間前の17:00〆切

定員:8名

参加費:港区 500円 / 区外 800円

### ◇ トーンチャイムサークル ◇

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音楽を創りあげる喜びを体験しませんか?

対象:あい・ぽーと会員の保護者(子ども同伴可)

※12月24日(木)はお休みです。

### ◇ アロマのある生活はんどめいど講座 ◇ (予約制)

内容:自然素材を使った手作りアロマの講座です。

『ハンドクリーム』『ゆずバスソルト』

対象:あい・ぽーと会員の保護者

申込期間:参加日の1週間前の17:00〆切

定員:5名

参加費:港区 1,300円 / 区外 1,500円 (\*材料費込み)

### ◇ 手作りアクセサリ講座 ◇ (予約制)

今月はお休みさせていただきます。



## 【施設長からのメッセージ】

先日、NHKの教育番組「子どもサポートネット」で、“世界の子ども支援”をテーマとした番組が放映されました。フランス・イギリスやフィンランドなどの各国の事情が紹介されましたが、中でもオランダの事例が興味深く思われました。オランダは、「子どもが世界一、幸福な国」とか。例えば学校では一人ひとりの子どもにあわせた教育が実施されていて、子どもが自分で好きな勉強法を選べるということです。留年することでもけって恥ずかしいことではなく、分らないことをもう一度、しっかり学ぶための権利だと皆が考える文化のようです。家庭では、親と一緒に過ごす時間がたくさんあります。朝夕、家族皆で食卓を囲みながら、「みんな一緒。だからおいしい」と応えていた子どもの言葉が印象的でした。家族団欒を豊かに持てる秘訣は、子育て中の親が、生活スタイルにあわせた働き方を選択できるようです。「夫は仕事、妻は家事・育児」という性別役割分担では、どうしても互いの生活がすれ違いがちです。オランダでは、ワークシェアリングとあって、夫婦ともにパートタイマーとなって、就労時間を減らし、収入は確保できるシステムが整えられています。子どもや親の生き方に共通しているキーワードは、「自律」(Autonomy)。自分を律する生活態度を小さい時から養う大切さについて考えさせられた番組でした。施設長 大日向雅美

## ～スタッフつれづれ日記～

今月のテーマは「思い出に残るプレゼント」です。

- 新しい事が出来るようになったり、大人発言に驚いたり、子どもの成長ぶりに気づかされる日常が子どもからの嬉しいプレゼント。絵や手紙などの手作りプレゼントも嬉しいですね。(池田)
- 9歳下の弟を溺愛していた私。ある日幼稚園で出された小さなお菓子を、お姉ちゃんが好きだからと自分は我慢してティッシュに包んで持って帰って来てくれました(涙)。そんな可愛い弟も、今では生意気な大学生です。(小貫)
- 小さな子が一生懸命書いてくれる手紙は何より嬉しいプレゼントです。「好き」という気持ちが素直に伝わって来て温かい気持ちになります。(塩澤)
- 最親戚のおばさんを買ってもらった「アポロ月着陸船の飛び出す絵本」。字も読めなかった幼いときで、何度も繰り返し開いて父や母に自慢した記憶が残っています。(伊藤)
- 子どもの頃、鼻血がなかなか止まらなくて、その日買ってくれたなんでもない馬の絵の洋服を今もよく覚えています。そういう時のプレゼントってどこか新鮮です。(原口)
- いま一番大切なものは、いつも持ち歩いている〇〇〇です。まだまだ「思い出」というにはプレゼントされてから日が浅いのですが…いつか思い出の品になるといいなあ♥(東)
- 腕時計です。亡くなった祖父に高校入学のお祝いに買ってもらいました。合格の報告に行くと、「この中から選べ!」と一言。パンフレットを渡されたことがとても印象的でした。(古閑)
- 夜小学生の時四国へ転校する事になり、父が友達と別れる淋しさを少なくする為におもちゃとティちゃんのポーチを買ってくれました。(石田)
- 時節柄クリスマスプレゼントの思い出を挙げたかったのですが、やはり一番インパクトの強いプレゼントは、長女誕生時の折、榎本が病院に持って来てくれた抱えきれないほどたくさんの真っ赤なバラの花束でしょうか・・・(榎本)