

# Hidamari News

## ひだまり通信



86号

Illustrated by GEN

2010年9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.	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.
9/26	27	28	29	30	10/1 わかば(牧浦先生) はんどめいど講座 (予約制) 11:30~13:00	2 キッズ交流ガーデン 大根・白菜 10:30~12:00 さといも 13:30~15:00 有機園芸サポーター 養成講座(予約制) @あい・ぽーと 11:00~12:30
3	4 わかば(羽室先生) 読み聞かせこもれび 13:45~14:15 ママパレエ(予約制) 15:00~16:00	5 わかば(牧浦先生) リトミック(予約制) A.10:10~10:50 B.11:00~11:40 C.11:50~12:30 おやこdeえいご 15:00~15:30 親子で造形あそび(予約制) 13:30~14:00 コーラスタイム 15:00~15:30 みかちゃんタイム 14:00~14:30	6 親子パレエ(予約制) 13:10~13:50 14:00~14:40 14:50~15:30 15:40~16:20 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	7 わかば(羽室先生) 親子で音遊び(予約制) A.10:15~11:00 リピータークラス B.11:15~12:00 親子で造形遊び(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 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	8	9 キッズ交流ガーデン ほうれんそう 10:30~12:00
10	11 体育の日	12 Babyヨガ(予約制) A.10:10~11:00 B.11:10~12:00 C.12:10~13:00 アロマヨガ(予約制) 14:00~15:00 みかちゃんタイム 14:40~15:00	13 はんどめいど講座 (予約制) 11:30~13:00 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	14 ふれあい体操(予約制) 10:15~11:00 11:15~12:00 12:15~13:00 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	15	16 おもちゃの病院 10:00~15:00
17	18 読み聞かせこもれび 13:45~14:15 ママパレエ(予約制) 15:00~16:00	19 リトミック(予約制) A.10:10~10:50 B.11:00~11:40 C.11:50~12:30 親子で造形あそび(予約制) 13:30~14:00 15:00~15:30 コーラスタイム 14:00~14:30 おやこdeえいご 15:00~15:30	20 親子パレエ(予約制) 13:10~13:50 14:00~14:40 14:50~15:30 15:40~16:20 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	21 親子で音遊び(予約制) C.10:15~11:00 D.11:15~12:00 リピータークラス 12:15~13:00 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	22	23 有機園芸サポーター 養成講座(予約制) @あい・ぽーと 11:00~12:30 グリーンサポート (作業日) 15:00~16:30 ペランダガーデニング (予約制) 14:00~15:00
24	25 読み聞かせこもれび 13:45~14:15 ママパレエ(予約制) 15:00~16:00	26 Babyヨガ(予約制) A.10:10~11:00 B.11:10~12:00 C.12:10~13:00 アロマヨガ(予約制) 14:00~15:00	27 親子で音遊び(予約制) A.10:15~11:00 B.11:15~12:00 C.13:00~13:45 15:40~16:20 赤ちゃんタイム 14:15~15:15 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	28 ふれあい体操(予約制) 10:15~11:00 11:15~12:00 12:15~13:00 トーンチャイム 11:30~12:00 13:00~13:30 子育てサロン 13:30~15:30 読み聞かせこもれび 13:45~14:15	29	30 お誕生会(予約制) 14:00~14:30 親子で楽しむ メディカルハーブ 11:00~12:00

### <予約が必要な毎月の講座>

- ◇ 誕生会  
(お子様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  
18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  
対象：2歳以上の親子  
\* 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
- ◇ お母さんのための絵画教室  
対象：保護者  
持ち物：スケッチブック(B4)・鉛筆  
・(水彩)色鉛筆・消しゴム  
\* スケッチブック、色鉛筆は販売もしています。  
(お子様のお写真をお持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
- ◇ アロマのある生活はんどめいど講座  
内容：「リップクリーム」  
&「ゴートミルクソーブ」  
対象：保護者 定員：5名  
参加費：港区1,300円/区外1,500円(材料費)  
申込期間：参加日の1週間前の17:00〆切

楽しい音楽絵本をやります♪  
誕生月でない子もお祝いに来て  
ね!

#### 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ください。  
\* 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、ミルク等はお預かりいたしませんので、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。

### <予約の必要がないプログラム>

- ◇ 読み聞かせ「こもれび」 13:45~14:15  
2階図書ルームで毎週月・水・木に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！今月のテーマ：運動の秋と食欲の秋
- ◇ みかちゃんタイム 14:40~15:00 毎月火曜日2回  
東洋大学専任講師・伊藤美佳先生による絵本読み聞かせ等
- ◇ 赤ちゃんタイム 14:15~15:15 アドバイザー：羽室 俊子さん(保健師)  
ふれあい遊びや保護者同士の交流(0,1歳児の親子向)今月のテーマ：ウンチのこと
- ◇ 子育てサロン 13:30~15:30 アドバイザー：牧浦 綾さん(臨床心理士)  
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しましょう。  
今月のテーマ：季節の変わり目の風邪予防
- ◇ わかば 10:00~11:00,13:00~15:00  
身長・体重を測定し、お子様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日頃のちょっとした悩みや相談にもお応えいたします。
- ◇ トーンチャイム 11:30~12:00,13:00~13:30  
お子様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)
- ◇ コーラスタイム 14:00~14:30 ピアノに合わせてみんなで季節の歌を歌いましょう♪
- ◇ グリーンサポート 10:30~12:00 ※雨天中止  
園芸コーディネーター 坂井明子さんと、園庭をお手入れしながら、園芸について学ぶ活動です。お子様連れでもOKです。今月のテーマ：えんどう豆の播種等
- ◇ おもちゃの病院 10:00~15:00  
修理が必要なおもちゃを当日お持ち下さい。事前にお預かりすることも可能です。

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・ママのための3B体操・おやこdeえいご・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または館内チラシをご覧ください。

## ～あい・ぽーと7周年記念イベントふれあいフェスタ～

みんなで  
あい・ぽーとの誕  
生日をお祝いしま  
しょう！

日時：11月27日（土）10：30～16：00  
内容：11月15日（月）からのカウントダウンウィークと当日で、あい・ぽー  
とのお手伝いをしてスタンプを集めると、天然酵母のハーブパンとミート  
ローフか、ハーブゼリーとクッキーのデザートを提供します。どれも、  
あい・ぽーとの園庭で採れた有機ハーブなどを使った、安心して召し上が  
って頂けるスタッフの手作り品です。  
スタンプラリーのお手伝いは、さやえんどうの種まきや、キウイの収穫、  
記念オブジェ作りなど、親子で楽しみながらやって頂ける企画を準備中  
です。また、当日は、ハーブを使ったバスパックを親子で作って頂くコー  
ーなど、無料のお楽しみコーナーも開設予定です。ぜひ、ご参加下さい。  
申込み：10月22日（金）から先着順にて参加チケット販売予定！

## ～親子で楽しむメディカルハーブ～

くらしをみつめる講座

あい・ぽーとのオーガニックハーブガーデンで、実際に  
ハーブを触ったり香りを楽しんだりしながらハーブの  
持つ効果を学びます。カレンデュラを使ったバスバック  
を作ったり、「カモミール豆乳ミルクティー」なども召  
し上がっていただきます。

日 時：10月30日（土）11：00～12：00  
受 付：10月4日（月）10：00～先着順でお電話と  
窓口にて予約受付開始（重なった場合は、窓口優先。）  
対象：3歳以上のお子様と保護者  
参加費：区内 1000円・区外 1200円

## \*\*\* ひだまりの庭 \*\*\*

### ☆丸の内キッズフェスタ☆

8月17日 東京国際フォーラムで開催された「丸の内キッズ  
フェスタ」に今年も住友生命保険相互会社の助成金で、あい・ぽ  
ーとが参加しました。

今年のテーマは「子育て中のあなたへの贈り物～ママもパパも  
子どもも笑顔いっぱい＆癒しのひとときを～」でした。総合司会  
は、天野ひかりさん。

ピアノと弦楽四重奏で始まり、午前中は、創作音楽絵本・親子  
バレエ・体操・有機園芸を親子で体を動かして楽しんでいただき  
ました。お昼は、薬膳・ハーブによる薬効紹介の他、子育てサロ  
ンや造形コーナー・アロママッサージコーナーもありました。

午後は、パパへの応援歌コーナー たかはしひでゆきさんによ  
るコンサートで盛り上がり、みんなで語ろうでは、大日向雅美施  
設長・汐見稔幸先生・横浜市山田正人副市長・たかはしひでゆき  
さんの4名で会場の方の質問などにも答えていただきました。

一日を通して、たくさんの方にお越しいただき、スタッフ一同  
感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました！！



みんなで語ろう



創作音楽絵本

講座とイベントの詳細は、館内ちらし・HPをご覧ください。

## ～ガーデニング講座～

ベランダのちょっとしたスペースにも置ける鉢に冬野菜の種（コカブ  
またはハツカダイコン）をまいてみませんか。  
芽が出たばかりの間引き菜から、収穫ができます。

日時：10月23日（土）14:00～15:00  
受付：9月21日 10:00～先着順にて予約受付開始  
対象：2歳以上のお子さんとその保護者  
参加費：区内 300円 区外 500円



## Nobody's Perfect～完璧な親なんていない～

親は、ひとりひとり違います。皆それぞれに自分のやり方を持ってい  
ます。何でもすべてうまくやれる親などどこにもいません。  
子育て中の人たちと、力を抜いて話し合いながら、自分に合った子育  
ての仕方を見つけてみませんか？

講師：齋藤 洋未さん（あい・ぽーと子育て・家族支援者  
・NP ファシリテータ）  
日時：11月1・8・15・22・29日・12月6日（全て月曜日）  
受付：10月8日（金）10時～先着順にて予約受付開始  
対象：0才～5才のお子さんを育てているあい・ぽーと会員の保護者  
参加費：区内 600円 区外 1,200円（テキスト代・保育料別途）

## ～お願い～

最近、名札が不足していますので、お帰りの際に、必  
ず受付までお戻し下さい。よろしくお願い致します。



## 【施設長からのメッセージ】

最近、団塊世代の男性の育児参加が注目されています。ソムリエならぬ「ソフリエ」講座を実施している所もあるとか。  
あい・ぽーとの子育て・家族支援者養成講座でも、時折、団塊世代の男性のご参加がみられます。その中のお一人、中田さ  
さんの活躍の様子が、先日、NHKの「おはよう日本」のニュースコーナーで取り上げられました。エプロンをかけて甲斐  
甲斐しく一時保育に励んで下さっている中田さんですが、講座受講の動機は、定年後に通った料理教室で、若い母親たち  
から育児がいかに大変かという話を聞いたことだったそうです。「男は仕事。女は家事・育児」という性別役割分業が当  
たり前とされた時代に仕事人間として生きてきた男性たちが、今、育児に孤軍奮闘する母親の声に、新鮮な驚きと共感  
をもって耳を傾け、自分にできることは何か、模索し始めてくれているようです。剣玉やだるま落としといった昔ならでは  
の遊びの技を巧みに披露する中田さんに、子どもたちの笑顔と歓声が広がった取材光景でした。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「おじいちゃん・おばあちゃんとの思い出」です。

- 夏休みの短い間での思い出ですが、鯉の餌やりに行ったり、ホオズキ遊びを教えてもらいました。お別れの時は、見えなくなるまで手を振りあいました。池田
- 祖父母の家に遊びに行くと、いつも家の柱に孫たちの成長の記録（身長）を刻んでくれました。最近では曾孫の息子の身長も刻み重ね、時の流れを実感しています。小貴
- 「バナ」買い行くぞ！」と幼い私を軽トラックで連れ出した祖父。行先は近江町市場のバナナたたき売り。バナナもいけど軽トラドライブが何より楽しみでした！東
- 熊本・阿蘇の大自然の中で、田んぼに一緒に行ったこと、阿蘇の郷土料理をたくさん作ってくれたこと、いつもこっそりお土産をくれたこと、嬉しい思い出一杯です！古閑
- 父方の祖父は帰省すると玄関ですぐに抱っこをして出迎えてくれました。孫の成長を抱いた時の重さを感じていて、私も楽しみにしていました。石田
- お誕生日のお祝いなどの時、祖父・祖母4人揃って会える日なので、楽しみにしていました！今は3人になってしまいましたが、今でも揃って会える日は楽しみです☆野原
- おばあちゃんの家の2階にあるタンスの右側の引き出しにいつもチョコレートが入っていて、行くと必ずいただきました。何十年か前の私のスイートメモリー(!?)です榎本

☆あい・ぽーとスタッフ塩澤明子が8月をもちまして退職致しました。長い間お世話になりました。ありがとうございました☆