

世田谷区おでかけひろば「ほっとひと息事業（レスパイト事業）」

寝不足なので少し寝たい、横になりたい、

スタッフにゆっくり話を聞いてほしいときなどに、

一人で休息できるスペースです。

その間、お子さんは、スタッフが他のママ・パパたちと

一緒に見守っています。

ぽっぽちゃんひろばでも6月からスタートします



♪赤しそジュース作りませんか♪

【材料】

・赤しそ…300g ・てんさい糖…1.5 カップ

・水…2ℓ ・自然酢…0.5 カップ

【作り方】

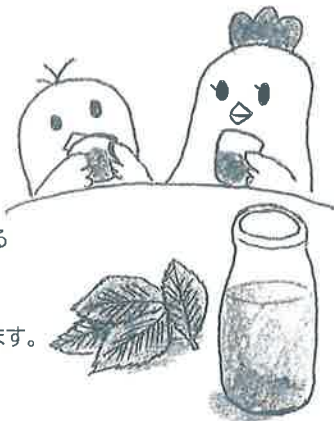
①水2ℓを沸騰させ、洗った赤しその葉を入れ、沸いたら10分煮る

②火を止めててんさい糖、自然酢を入れて混ぜる。

③10分置いてザルでこす。清潔なビンに入れて冷蔵庫で保存します。

【しその効能】

ビタミンA・C、ミネラル豊富。梅雨や暑さで弱りがちな胃腸を元気にしてくれます♪



ひろばではいつでも身長、体重が測れます。測りたい方はお気軽にスタッフまでお声がけください

社会福祉法人 **福音寮**

おでかけひろば **ぽっぽちゃんひろば**

住所:世田谷区上北沢 3-1-19(3 階)

TEL:03(3302)5600

ひろば直通:080-5016-2513



Facebook



Instagram

ぽっぽちゃんひろばは施設の3階にあります。お越しの際はインターホンを押してください。
対象:0才~小学校に入る前までのお子さんとその保護者様
プレママプレパパ(初回に利用登録が必要です。)
※利用料は無料です。
★開所日:月~金曜日(平日にあたる祝日も開所しております。)
★お休み:土・日曜日、福音寮行事の日
★開所時間:4~9月 10:00~17:00(夏時間)
10~3月 10:00~16:00(冬時間)
★お食事の時間 11:30~13:30
おやつ時間 15:00~15:30
※上記以外の時間は要相談
※授乳及び水分補給はいつでも構いません。
★おむつ替え・授乳スペースあります♪

社会福祉法人 福音寮 ぽっぽちゃんひろば活動案内

令和6年度(2024年)

ほっと通信6月号

Vol.178

~ほっとしたつながりで育ちあいましょう~



雨の多い季節到来ですね。お出かけ大変ですが、レインコート着て♪長くつ履いて♪傘さして♪ひろばに遊びに来ませんか♪ みなさんのお越しをお待ちしています!!

6月の活動カレンダー(開所日時 月~金曜日 10:00~17:00)

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 ぽっぽちゃんタイム 11:20~ 14:50	4	5	6	7 親子アート ~はじめての 絵の具~ 予約制 10:30~ 11:30	8	9 すくすく メッセ鳥山 12:00~ 15:00
10 ぽっぽちゃんタイム 11:20~ 14:50	11 ★お砂場開放 10:00~ 11:00	12 0歳さんの会 10:00~11:30	13 防災訓練 13:30~	14 助産師さんによる 抱っこ講座 10:30~11:30 予約制	15	16
17 ぽっぽちゃんタイム 11:20~ 14:50	18	19	20 読み聞かせ お話星の子さん 11:00~11:20	21 ★お砂場開放 10:00~11:00	22	23
24 ぽっぽちゃん タイム 11:20~ 14:50 理学療法士さん 「足育講座」 13:30~14:30	25	26 1.2歳交流会 10:00~11:00 お誕生日会 11:00~	27 読み聞かせ 上北沢図書館さん 11:00~11:20 子育て支援 コーディネーター 10:30~12:00	28 離乳食試食会 10:30~	29	30

ぽっぽちゃんひろばイベント情報

親子アート ～はじめての絵の具～

6月7日(金) 10:30~11:30 ご予約制

地域で活動されている「おたもあ商店」さんをお招きして開催します。お子さんと一緒に、はじめての絵の具遊びをしてみませんか？袋の中で作るので、汚れる心配もありません。意識しては描けない、今だからこそ作品をぜひ作りにきてください。首の座ったお子さんからご参加いただけます。

5月24日 10:00 からご予約開始。

ご予約：<http://mail-to.link/m9/1hln3qv>

おたもあ商店さんご紹介：

<https://www.cof.or.jp/class/otamoa>



すくすくメッセ烏山

6月9日(日)12:00~15:00
場所:上北沢児童館
対象者:就学前にお子さんと保護者さん
プレママプレパパ

地域の子育てに関連する団体が色々なコーナーを出します。ぽっぽちゃんひろばは、ぐみの木ひろばさんと一緒に赤ちゃんが遊べるスペースを準備してお待ちしています。読み聞かせタイムもあります。時間帯など詳細は SNS またはスタッフまでお問合せください。



助産師・内田さんによる抱っこ講座

6月14日(金) 10:30~11:30

ご予約制・先着5名

「反り返って抱きにくい」「抱っこひも、これで合ってる？」毎日、何時間にもなる抱っこ。実は、赤ちゃんの姿勢や発達にとっても大事。この講座では、赤ちゃんの発達の話をして、赤ちゃんにとっても大人にとっても、より心地よく、より安全な抱っこをいっしょに行きます。そして、お持ちの抱っこ紐を快適に使えるように調整をしてさせていただきます。

講師：助産師 内田綾子さん

5月24日 10:00 からご予約開始。

ご予約：<http://mail-to.link/m9/1jwzvxy>



1, 2歳さんの会

6月26日(水) 10:00~11:00

対象 1・2歳のお子さんとその保護者(3歳も可)

場所 ぽっぽちゃんひろば

年齢の近いお子さんを育てるご家庭同士で交流しませんか？

みんなで体を動かして遊びましょう！トンネルなどを準備してお待ちしています。

お時間内、自由参加です。

～離乳食試食会～

6月28日(金) 10:30~11:10頃まで

小さなうち保育園の栄養士さんが離乳食試食会をぽっぽちゃんひろばで開催してくれます。

6月は中期食(もぐもぐ期)です。

試食はご予約制。5組程度。

7月は後期の試食を予定しています。

ご予約はQRコードから、<http://mail-to.link/>

またはひろばでお声掛けください。

詳細のお問い合わせは小さなうち保育[



理学療法士・山崎さんによる足育講座

6月24日(月) 13:30~14:30

ご予約不要 未就学児の親子さんとなたでも

お話いただく内容

- ・足育って何？・足の発達について
- ・新生児からできるケア・遊びの中でできる足育

講師：理学療法士 山崎智佐さん

詳細はスタッフにお問合せください。

☆ぽっぽちゃんタイム☆ みんなで楽しもう！

月曜日 11:20~

14:50~

スタッフによる簡単な手遊び・読み聞かせタイムです。参加されないお子さんも普段通りご利用いただけます。

毎週月曜日、1日2回行います。
※お時間はずれることがあります。

☆0歳さんの会☆

6月12日(水) 10:00~11:30

場所：ぽっぽちゃんひろば

対象者：0歳のお子さんと保護者さん

(ご兄弟の参加OK)

プレママさんプレパパさん

月齢の近いお子さんを育てているご家庭同士で交流しませんか？

お時間内自由参加です。ハーフバースデーの記念撮影グッズもご用意しています。

※1歳以上のお子さんはお時間をずらしてご利用いただきますよう、ご協力お願いいたします。

☆子育て支援

コーディネーターさん☆

6月27日(木) 10:30~12:00

子育てについて気になること、相談したいことなんでもお話しください。

☆ぽっぽちゃんひろばお誕生会☆

6月26日(水) 11:00~

みなさんと6月生まれさんをお祝いしませんか？

おはなし会や写真ブースをご用意してお待ちしています。

☆読み聞かせボランティアさん☆

6月20日(木)

11:00~11:20

(お話星の子さん)

6月27日(木)

11:00~11:20

(上北沢図書館さん)

絵本の読み聞かせや手遊びをしていただいています♪ 自由参加です。

☆お砂場開放☆

※保育園の園庭で遊べます

6月11日(火)・21日(金)

10:00~11:00

★保育園の先生が来ています。職員は付きませんがいつでも遊んで大丈夫です。