

ひろば☆ぽっかぽか

ひろば・ぽっかぽかでの様子、特別行事などの活動報告、情報提供のコーナーです。皆さんにお知らせしたい情報も、どんどん掲載していく予定です。

「ひろば・ぽっかぽか」の利用対象児の変更について

「ぽっかぽか」では、利用対象児を年齢(0~3歳)ではなく、原則として「**幼稚園就園前**」と変更させていただきたいと思っております—兄弟児がいての利用は今まで通りとなりますが、小さい子どもたち(0~2歳)が安全に過ごせるよう配慮をお願いします。

何か困ったこと、聞いてもらいたいことなど相談がある場合は、お子さんの年齢に関係なく、親子であるいは保護者のみで、遠慮なくおいでください。「ぽっかぽか」はあなたの子育ての伴走者であり続けたいと思っています。

感染症が流行するこの時期に・・・

予防接種は、ウイルスは不活化しているとは言え、体内にウイルスを取り込んでいます。予防接種の当日はもちろん接種後1日は、無理な運動をせず、体の調子をよく観察すること大切です。

空気が乾燥し、風邪など引きやすい時期です。岡山県下ではインフルエンザやノロウイルスの感染注意報が発令されています。

ひろばは不特定多数の人が利用します。ご自身の身体を守るために、体調の悪いときはもちろん予防接種を受ける前後はひろばの利用を控えましょう！

また、ひろば利用時は手洗い・うがいをしっかりと、感染を予防して、寒い冬を元気に乗り切りましょう！！

託児サービスご利用の際のお願い♪

ひろば・ぽっかぽかでは託児1回目は、1時間のご利用をお願いしています。

回数を重ねていくなかで託児の環境に徐々に慣れていって、お子さんもママも安心して託児を利用させていただきたいと考えているからです。ご理解ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

また、現在予約が取りにくい状態になっています。皆さんに平等に託児を利用いただくため、予約できる回数を、子ども一人につき、3回までとさせていただきます。

あくまで原則ですので、緊急の場合には、スタッフに遠慮なくお知らせください。

託児サービスの利用対象は、ひろばの利用者(平成26年度ひろば保険料支払済の方)で、生後6か月以上の健康な乳幼児です。

利用時間：月～金曜日 9時から16時までの間で、1日最大4時間まで。

利用料金：1時間300円。(延長料金は、30分毎300円)・・・予約時前払

電話での予約受付はしておりません。ただし、空き状況の確認は電話でもOKです。

ひろば開所時間内(10時から15時まで)に 直接来所の上ご予約ください。

ひろば保険(H27年4月～H28年3月)の更新のお願い

ひろば・ぽっかぽかでは、万が一の事故・けがなどに備え、初回利用時(年度毎)に、1家族500円のお支払いをお願いしております。

平成27年度4月の初回利用時に、会員番号の更新手続きと保険料のお支払いを行っていただきますよう、お願いいたします。

利用時にお持ちいただいている名札ケースの色は年度ごとに違います。昨年度のものの場合にはスタッフの方からお声かけさせていただくことがありますので、更新をされた際には、必ず名札ケースを新しいものに替えていただきますよう、ご協力よろしくお祈りいたします。

ご近所のお友達を作るチャンス！親子クラブがあるよ

健やかに子育てすることができるよう、就園前の子どもとその保護者が、公民館や公園を利用して座談会や季節ごとの活動(運動会、七夕、水遊び、クリスマス会など)、地域の人との交流などを行っています。また子育て中の友達づくりもできます。親子クラブはおおむね小学校区ごとに活動しています。

○問い合わせ先 ○ 市保健所倉敷保健推進室 (086)434-9822

★ひろば・ぽっかぽか の周辺の親子クラブさんは・・・

西 小学区 → コスモス会 東 小学区 → にこにこ会

老 松小学区 → まつぼっくり会 万 寿小学区 → ひまわり会

Facebookやブログで、ひろばの活動を紹介しています♪

「くらしき子育て応援サイト たのしく子育て あのねっと！」のFacebookページに、月2回程度、ひろば・ぽっかぽかの活動報告をあげています。個人が特定されにくいよう、正面は避けて背後から撮影するようにしております。「私は写りたくないな」という方は、遠慮なくスタッフにお申し出ください。写真撮影を行う際は一声かけさせていただきますので、その時に教えていただくと嬉しいです。

Facebookページはもちろん法人ブログも、ぜひ皆さんご覧になってくださいね～！

ももっこカードを交付しています！

おかやま子育て家庭応援カード「ももっこカード」とは、妊娠中の方や小学校6年生までの子どもをもつ家庭を対象にカードを交付し、そのカードを協賛店等に提示することにより、協賛店独自の子育て支援サービスの提供が受けられる岡山県のシステムです。交付申請書にご記入いただいてからカードをお渡します。ももっこカードをお持ちでない方は、お気軽にスタッフまでお声掛けください。

ぽっかぽか相談専用メール ご利用ください♪

悩みや不安を聞いてほしいけど、ひろばの中では話しにくかったり、うまく話せない・・・と思っている方へ♥ ぽっかぽかの相談専用メールを作りました！！何か気になること、聞きたいこと等ありましたら、こちらのメールアドレスに送ってくださいね。

eje.pokkapoka@gmail.com

返信に時間をいただくことがございますが、必ず返信致しますので、きもち気長にお待ちいただけると幸いです。スタッフは皆さんの応援団です♪

「あのねカード」もぜひぜひご利用ください！

ぽっかぽか通信

3月の予定

月	火	水	木	金
10時～15時	10時～15時	10時～15時	10時～15時	10時～15時
2  	3 	4 	5	6
9  	10 	11  	12	13
16  	17  	18 午後 	19 	20
23 	24 	25 	26	27 
30  	31 			

 **毎週(月) 10時から12時まで**
赤ちゃんタイム

第1子が0歳の親子さんが集まる時間です。皆でゆっくりお話ししましょう♪妊婦さんの参加も大歓迎です！

 **毎週(火)10時30分から12時まで**
京生子おばちゃんのきれい字ママ講座

初回1,000円 2回目以降700円(月2回受講可能な方)
ひろばに来る時間を使って、めざせ！きれい字ママ！

 **3月12日(木) 10時から12時まで**
きくちゃんの何でも相談タイム

助産師や看護師など、さまざまな経験をもつきくちゃん。日頃の悩みをぜひ相談してみてくださいね。大人気の時間なので、先着順でお願いします。ゆずりあいながら相談タイムを過ごしましょう♪

 **3月19日(木) 10時から12時まで**
由紀子さんのリフレクソロジー♪

20分 500円 リフレクソジスト 三宅 由紀子
足裏や手のひらには、からだの臓器と連動しているツボがたくさんあります。日々の生活から、心と体をときほぐしてあげませんか？大人気の講座の為、事前予約制、初めての体験の方優先とさせていただきます。

 **3月27日(金) 13時から15時まで**
ボールプールであそぼう！Kids♪

2,3歳の子も達に大人気！すべり台からボールプールにダイブ♪お片付けまで、皆で頑張りますよ！アクティブな遊びなので、よちよちのお子さんは気をつけて様子を見てあげてくださいね。

 **第2・4週(水) 10時から11時30分まで**
0+1(ゼロいち)タイム・午前

赤ちゃんタイムを卒業した親子さん、現役赤ちゃんタイム利用の、0～1歳児の親子さんの時間です。皆で輪になってワイワイおしゃべりしましょう♪会うたびに大きくなっていく子ども達の成長が楽しみ！3月は第2,4週は午前中に行います。

 **毎週(月) 10時から12時まで**
公園タイム in 中央2丁目公園

寒い寒い冬も終わり、少しずつお外遊びもしやすくなっていく季節になりました。中央2丁目公園でスタッフがお待ちしています。お子さんもママも体をいっぱい動かして遊びましょう♪23日はお休みです。

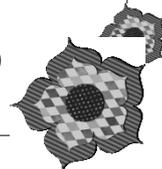
 **3月11日(水) 10時から11時30分まで**
ボールプールであそぼう！Baby♪

「ボールプールで遊びたい」という0,1歳のお子さんが増えてきました。…ということでも！ゼロいちタイムでもボールプールをしまーす！Kids ver よりもこじんまりな感じです。

 **第1・3週(水)**
13時から15時まで
0+1(ゼロいち)タイム・午後

赤ちゃんタイムを卒業した親子さん、現役赤ちゃんタイム利用の、0～1歳児の親子さんの時間です。皆で輪になってワイワイおしゃべりしましょう♪会うたびに大きくなっていく子ども達の成長が楽しみ！3月は第1・3週は午後に行います。

第73号 平成27年2月19日発行
ひろば・ぽっかぽか
(倉敷市中央2丁目7-1 倉敷幼稚園2階)
TEL & FAX (086)427-5550



子育てコラム～眠りが育てる子どもの力

皆さん、夜寝るときは、パジャマを着ておやすみですか？ 乳幼児にも寝衣を用意してあげてくださいね。リラックスウェアと呼ばれるような部屋着のままお休みになる大人の方が増えています。通常、パジャマと呼ばれる寝衣はゆったりサイズに作られています。寝ている時間はできるだけ体を締め付けないものが理想です。乳幼児は寝返りが打てるようになると寝ている間もよく動きます。その動きを妨げない事が肝心です。また、発汗や新陳代謝が盛んで汗、皮脂、垢が排出させるため、通気性、吸湿性のよい綿などがお勧めです。パジャマに着替えるという行為がおやすみなさいの時間というタイマーの役目も担っているといわれています。パジャマに着替える事を入眠習慣として身に付けてあげてくださいね！

睡眠改善インストラクター 原 陽子



子育てコラム