平成29年度

pokke おひさまだより

8月

No.106

平成29年7月20日発行

みなと子育て応援プラザPokke
港区芝5-18-1-102
TEL：03-6435-0411
HP：http://minato-pokke.jimdo.com/

ケアより

夏にかかりやすい子どもの感染症（夏は皮膚、夏風邪、胃腸のトラブルが増える時期です）

暑い夏がやってきました。いろいろある感染症ですがその中で2つご紹介します。

＜ヘルパンギーナ＞
原　　因：コクサッキーウィルスにより夏から秋口にかけて流行る夏風邪の一種で乳幼児期に多くみられます。
症　　状：突然39度～40度の高熱が出て、のどの奥に水疱ができるので強い痛みがあります。
ホームケア：数日は食事もとれないほどの痛みがあるのでおかゆなどの薄味の物を数回に分けてあげてください。
また脱水症予防のため白湯や麦茶もこまめにあげてください。

＜手足口病＞
原　　因：ウィルスによって起きる夏風邪の一種です。潜伏期間は3～6日です。
症　　状：手のひら、手足の指、足の裏やお尻に小さな水疱や赤いポツポツができます。口の中の粘膜にも小さな水疱が出来、腫れて破れ痛がります。熱が出るのは全体の10%ぐらいだと言われています。
ホームケア：手足の湿疹は痒みもなく経過はよいのですが、口の中が痛むのでごく薄めに味付けし、食後は雑菌がはいらないようにお白湯を飲ませ口の中を清潔に保つようにしましょう。

健康体操より

毎回ご近所の高齢者の方10名前後を中心に活動しています。皆さんが揃うまでお茶を飲みながら情報交換。
お揃いになったら、初めに椅子に座って顔の体操。次にボールを使ったり、歌を歌ったり、手遊びをしています。
最後は皆さん「楽しかった～！」と心なしかおいでになられた時よりも元気にお帰りになられます。
体操も続ける事が一番だと思っている今日この頃です。
ひろばご利用のお子さまも是非！パパさんママさんも一緒の参加をお待ちしております！

《8月のお休み》
◆子育てひろば◆　13日(日)、22日(火)、27日(日)
◆一時あずかり保育◆　22日(火)

8月は特別に17日(木)はお休み
31日(木)第5週ですがあります

Pokkeは9さいになります♪

カフェからのお知らせ　毎週木曜日

ランチ　カフェ

・ランチ（15食）を600円で提供します
＊保育で提供している給食になります
・10:00～受付でチケットを販売します
・おやつは、14:30～15:30
（つきの部屋で販売します）

素材を活かしたやさしい味を
親子でお楽しみ下さい!!

Pokkeアニバーサリー　こどもの発表会出演者募集

10/28(土)のアニバーサリーフェスタに「うた」「手あそび」「げき」「がっきえんそう」など…
おやこ、なかよしグループでの参加をお待ちしております。

＜8/4（金）は完売しました！＞
次回よる☽カフェは 10/6（金）です。

おとな 600円　こども 200円（主食・主菜のみ）
・電話で予約できます（ご予約期間：9/6～10/4）
・当日17:45～入館・チケット販売
18:00～食事提供
・10/5（木）の12:00以降のキャンセルは、キャンセル料がかかります
☆場所：つきの部屋
＊ひろばは、ご利用いただけません

☆メニュー、詳細は
カフェ通信をご覧ください

健康体操

8月はお休みさせていただきます。

ひろばでは毎月お誕生日会を開催しております（今回8月生れさん）当日は計測して、お誕生日カードに手形をペッタン♪ご予約制ではありますがご都合つけば当日でも大丈夫です！ぜひお待ちしております。

Pokkeからのご紹介です

8/5（土）Pokkeの裏の公園にて自治会のお祭りがあります。
お子さま向けのゲームコーナー、出店。盆踊りもできますよ！
Pokkeからは健康体操の皆さんとおなじみのPokke体操も参加します
皆さんで一緒に踊りましょう～♪

平成29年度

子育てひろば 8月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
午前					育児相談		ひろば開放
午後		ころころサロン 13:30-14:00	幼児ひろば		よる☽カフェ		
	7	8	9	10	11(祝)	12	13
午前				おりがみ講座 10:30-11:30	ひろば開放		休
午後			幼児ひろば		育児相談		
	14	15	16	17	18	19	20
午前			計測 保健師相談 10:30-11:30		育児相談		ひろば開放
午後			幼児ひろば				
	21	22	23	24	25	26	27
午前		ひろば 一時あずかり 休業日			誕生会 11:00-12:00		休
午後			幼児ひろば		育児相談		
	28	29	30	31			
午前		baby's タイム 10:00-11:30	育児講座 10:00-11:30				
午後		はいはいサロン 13:30-14:00	幼児ひろば				

☆ ひろば開放 ☆
第1・第3日曜日はPokke会員以外の方もご来館できます
小学生のお子さんも保護者の方とご一緒にどうぞ！
今月は、6日(日)・11日(祝)・20日（日）です！

講座のご案内

- 講座は申込みが必要です。
- 講座をキャンセルする場合、返金はできませんのでご了承ください。
- Pokke会員の親子・地域会員の方が参加できます。

読み聞かせ　毎週木曜日
11:45-12:00
16:00-16:15

来館 orお電話でご予約

父親講座「ダッチオーブン」
9/16(土)10:30-12:30
申込み：8/19（土）9:30～
※詳しくはHPをご確認ください
対　象：Pokke会員のお父さん
場　所：テラス
講　師：Pokkeスタッフ
定　員：6名
参加費：1000円

育児相談：無料（予約制）
毎週金曜日
金曜の相談日以外でも受付をしています。
気軽にお問い合わせください。

かずこさんのおりがみ講座「ガーベラ」
8/10(木)
10:30-11:30
場　所：つきの部屋
定　員：8名
参加費：200円
申込み：7/20（木）9:30～

baby's タイム
8/29(火)
10:00-11:30
対　象：7ヶ月位の子まで
場　所：つきの部屋／　定員：10名程度
参加費：無料　持ち物：バスタオル／申込み：8/1（火）9:30～

来館でご予約

マタニティヨガ&新生児のだっこのお話し　9/4(月)10:00-11:30
対　象：妊婦さん
場　所：つきの部屋
講　師：Pokkeスタッフ
木村まゆさん(ﾍﾞﾋﾞｰﾗｯﾌﾟｱﾄﾞﾊﾞｲｻﾞｰ)
定　員：8名程度／参加費：無料
持ち物：バスタオル・動きやすい服装
（体が冷えないように上着等ご用意ください）
申込み：8/4（金）9:30～

<8月の育児講座>**「最新のアレルギー情報」**
8/30(水)10:00-11:30
対　象：Pokke会員の保護者
場　所：つきの部屋
講　師：増田 敬先生（同愛記念病院 小児科 医長）
定　員：10名（お子さん同室です）
参加費：無料
申込み：8/1（火）9:30～

Pokkeハンズ「スナップつなぎ」
9/11(月)10:00-11:00
場　所：ミーティングルーム／定員　6名
参加費：200円／申込み：8/28（月）9:30～

<9月の育児講座>
トイレトレーニング
9/12(火)10:30-11:30
場　所：つきの部屋　／　定員：10名程度
講　師：Pokke施設長 上田洋子
対　象：1歳6ヶ月以上のPokke会員の親子
申込み：8/28（月）9:30～

おひさまサロンのお知らせ

お母さん同士、自由にお話できる場です。お気軽にご参加下さい♪　＊お子さんと一緒の参加です。
時間：13:30～14:00
場所：ひろば／定員：各8名程度
＊参加受付は当日15分前より先着順

☆8月の予定☆　1日(火)《ころころサロン》（ねんね～寝返り、おすわりのお子さん対象）
29日(火)《はいはいサロン》（ずりばい、はいはい～つたい歩きのお子さん対象）