

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。



令和6年度(2025年)

ほっと通信 2月号

Vol.186

～ほっとしたつながりで育ちあいましょう～



節分の豆まきをして厄災を退けて福をお迎えするともう立春！
まだまだ寒いですが季節は春へ向かいます。体調管理を万全にしてあと一息、寒い時期を
乗り越えましょう。ぼっぼちゃんひろばにも遊びに来てくださいね、お待ちしております！

2月の活動カレンダー（開所日時 月～金曜日 10:00～16:00）

ペンギンさんのやまのぼり

●子どもと向かい合う。

- 1 1番 ペンギンさんが...のぼります
曲に合わせて子どもの手の甲をリズムカルにたたく。
- 2 トーコトト トコトト
保育者は2本の指で子どもの腕を手首から肩に進む。
- 3 スーツとすべって
人差し指で肩から手首までなのでおろす。
- 4 いいきもち
1と同様にする。
- 5 しろくまさんが...ドコドンドン
1番と同様。ただし子どもの腕を拳で登る。
- 6 スーツとすべって いいきもち
1番と同様。拳で腕をおろす。

♪こんなあそび方も♪

♪登場人物をアレンジしよう
子どもの腕を氷山に見立てたあそびです。「トウサギさん」「トサンタクロースさん」など登場人物に変化をつけて歌っても楽しめます。冬のお誕生会などにもおすすです。

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 ぼっぼちゃんひろば

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

ぼっぼ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)
★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・らっこスペースあります♪

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 ぼっぼちゃんタイム 11:20～ 14:50～	4	5	6 おはなし会 お話星の子さん 11:00～11:20	7 防災訓練 11:00～	8	9
10 ぼっぼちゃんタイム 11:20～、14:50～ お部屋で遊ぼう！ 10:30～15:00 看護師さん栄養士さん とお話しよう 14:00～15:00	11 祝日 開所	12 0歳さんの会 10:00～11:30	13	14 助産師・内田さん とお話しよう 10:30～11:30 おやつ試食会 15:00～	15	16
17 ぼっぼちゃんタイム 11:20～ 14:50～ 理学療法士山崎さん による相談会 13:30～14:30	18	19 ふたごの会 10:00～11:30	20	21	22	23
24 祝日開所 ぼっぼちゃんタイム 11:20～ 14:50～	25	26 1.2歳さんの会 10:00～11:00 お誕生日会 11:00～	27 おはなし会 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		

2月ぽっぽちゃんひろばイベント情報

お部屋の中で遊ぼう！

2月10日(月)10:30~15:00

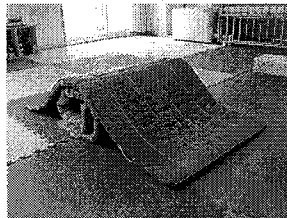
さむーい冬、外で遊ぶのがつらい…でもおうちで遊ぶのもだんだん飽きてきたなあ…

そんなお悩みを解消したい！

新聞紙、ラップの芯や段ボールを活用して、おうちでも簡単にできるものを用意してお待ちしています。ぽっぽちゃんですべて楽しく遊べたら、おうちでもやってみてくださいね！



マットを使った遊びも用意します♪



ラップの芯を使ったコロコロ遊び☆

☆1, 2歳さんの会☆

2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。

☆0歳さんの会☆

2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。ハーフパステア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。

☆ぽっぽちゃんタイム☆

スタッフによる簡単な手遊びや絵本を読んだりします。

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。

☆ぽっぽちゃんひろばお誕生会☆

2月26日(水) 11:00~

みなさんと2月生まれさんをお祝いしませんか？

ぽっぽちゃんタイムや写真ブースをご用意してお待ちしています。

☆おはなし会ボランティアさん☆

2月6日(木)

11:00~11:20 (お話星の子さん)

2月27日(木)

11:00~11:20 (上北沢図書館さん)

絵本を読んだり手遊びをしてくれませう自由参加です。

☆子育て支援

コーディネーターさん☆

2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下さい。

ふたごの会

2月19日(水)10:00~11:30

場所: ぽっぽちゃんひろば

対象者: 未就学の多胎児親子
多胎児ご妊娠中の方



ふたごちゃん・みつごちゃんなど、多胎児さんを育てるご家庭の交流会を開催します。

多胎児さんならではの悩み相談、お出かけ情報の共有、こんな時どうしてる?こんなお得情報ありますよ!など、お子さんを遊ばせながら賑やかに皆さんでお話しできたら嬉しいです。ご両親での参加、未就学のお子さんであればご兄弟のご参加もできます。お待ちしております!!

【看護師さん栄養士さんとお話ししよう!】

日時: 2月10日(月) 14:00~15:00
ご予約不要

福音寮の保育園から看護師さんと栄養士さんがいらっしやいます!

お子さんに関する困りごとの相談に乗ってくださいますので、お子さんと遊びながらお話をしてみませんか?



助産師・内田さんとお話しよう

2月14日(金) 10:30~11:30

ご予約不要 未就学児の親子さんとあなたでも

授乳卒乳、抱っこ、発達などなど

助産師さんにご参加のみなさんと一緒にお話ししましょう!

※個別の相談会ではありません。

講師: 助産師 内田綾子さん

詳細はスタッフにお問合せください。

理学療法士・山崎さんによる相談会

2月17日(月) 13:30~14:30

未就学児の親子さんとあなたでも

・腰痛・肩こり・首の痛み

・股関節の痛み・手首の痛み

・骨盤周辺の違和感・生理痛などなど

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。



※ご希望者が多い場合ご予約の方優先です。

お時間に限りがありますので、全員のご相談を伺えない場合があります。お一人15分~20分程度。

※動きやすい服装でご参加ください。

☆保育園のお砂場遊び☆

2月 7日(金)

27日(木)

10:00~11:00

★保育園の先生と一緒に遊びます

☆おやつ試食会☆

2月14日(金) 15:00~

小さなおうち保育園の栄養士さんがおやつを試食会を保育園のテラスで開催してくれます。ご予約不要です。詳細のお問い合わせは小さなおうち保育園まで