

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。

ぼっぼちゃんひろばでも6月からスタートしています



【じゃぶじゃぶ池に行こう♪】

ぼっぼちゃんひろばで水遊びデビューされたお子さん、水遊び大好きなお子さん、室内以外で過ごしたいパパ&ママさん。夏ならではのおでかけスポットにお出かけしてみませんか？

☆八幡山緑道じゃぶじゃぶ池・・・希望ヶ丘公園近くにあります。浅いところから深いところ、ちょっとした滝もあり、毎年お子さん連れで賑わっています。

☆府中市郷土の森博物館・・・広い水遊びの池に約2万個のカラフルボールが浮かび、別にドルフィンプールも！

☆東京中央公園・・・新宿高層ビル群の中にある緑豊かな公園。ちびっこ広場に「じゃぶじゃぶ池」があります。遊んだあとは、都庁展望台(45階)から都内一望もおすすめ♪

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♪

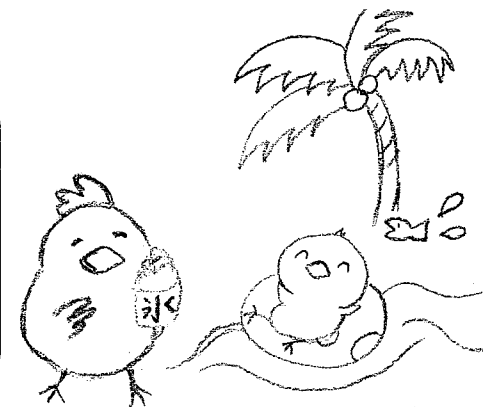
社会福祉法人 福音寮 ぼっぼちゃんひろば活動案内

令和6年度(2024年)

ほっと通信 8月号

Vol.180

～ほっとしたつながりで育ちあいましょう～



毎日猛暑が続きますが、しっかり食べて水分補給！お昼寝で体を休めたり、夏ならではの遊びやお出かけを楽しんでくださいね♪ひろばも涼しくしてみなさんのお越しをお待ちしています♪

8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 ベランダで水遊び 10:30～11:45	3	4
5 ぼっぼちゃんタイム 11:20～14:50～ ベランダで水遊び 13:30～14:45	6 保育士さん交流会 14:00～15:00	7	8 読み聞かせ お話星の子さん 11:00～11:20 	9	10	11
12 祝日開所 ぼっぼちゃんタイム 11:20～14:50	13 	14 0歳さんの会 10:00～11:30	15	16 	17	18
19 ぼっぼちゃんタイム 11:20～14:50	20 	21 双子の会 10:00～11:30	22 読み聞かせ 上北沢図書館さん 11:00～11:20	23 助産師・内田さんのおんぶ講座 10:30～11:30	24	25
26 ぼっぼちゃんタイム 11:20～14:50  理学療法士・山崎さん 産後ママの身体についての講座 13:30～14:30	27	28 1.2歳さんの会 10:00～11:00  お誕生日会 11:00～ 	29 子育て支援 コーディネーター 10:30～12:00	30	31	

## ぽっぽちゃんひろばイベント情報

福音寮の保育園から

### 保育士さん交流会

8月6日(火) 14:00~15:00

ご予約不要 未就学児の親子さんどなたでも

読み聞かせ・手遊び・かげ絵など  
してくださる予定です。  
保育相談もどうぞ。

### ふたごの会

8月21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!!

## ベランダで水遊び ※予約制

8月2日(金)

①10:30~11:00 ②11:15~11:45

8月5日(月)

①13:30~14:00 ②14:15~14:45

ぽっぽちゃんひろばのベランダで水遊びをしましょう!  
タライに水を張って一人ずつ入って遊びます♪

持ち物:水着(水遊び用オムツ)、タオル、帽子(日よけ用)、飲み物、水に濡れても良い服装(体が隠れる服、ランニングシャツ等)  
※オムツ使用中のお子さんは水遊び用オムツを着用してください。

空きがあれば当日飛び込み参加も可。

日よけはありますが、熱中症に十分お気をつけて遊んでください。  
お着替え時間を含めた時間になります。ひろば内で着替えることが  
出来ます。

1回につき3組まで入れます。

天候等によって中止になる場合はFacebookとInstagramで  
お知らせします。

ご予約受付中

<http://mail-to.link/m9/1ovmkpu>



## 助産師・内田さんのおんぶ講座

8月23日(金) 10:30~11:30

ご予約制 先着5組

はじめてのおんぶ体験、ご自身の抱っこ紐  
でのおんぶのやり方などお話ししてくだ  
さい。ご自身の抱っこ紐、おんぶ紐をご  
持参ください。

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。

7月25日 10:00 からご予約開始。

ご予約: <http://mail-to.link/m9/1jwzvxy>



理学療法士・山崎さんによる講座

### 『産後ママの身体について』

8月26日(月) 13:30~14:30

ご予約不要 未就学児の親子さんどなたでも

- ・妊娠中の身体の変化
- ・産後の変化
- ・産後の身体のケアについて

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。

### ☆1, 2歳さんの会☆

8月28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☆

8月14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。

### ☆ぽっぽちゃんタイム☆

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。

### ☆ぽっぽちゃんひろばお誕生会☆

8月28日(水) 11:00~

みなさんで8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☆

8月8日(木)

11:00~11:20(お話星の子さん)

8月22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  
してくれています♪ 自由参加です。

### ☆子育て支援

コーディネーターさん☆

8月29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。

### ☆保育園で水遊び☆

7/30日(火)~8/22日(木)  
の 火・水・木曜日  
11:30~12:30

場所:小さなうち保育園  
園庭前の芝生

★保育園の先生が付いてくださいま  
す。

持ち物:水着又はパンツ(水遊び用  
オムツ)・タオル・飲み物

\*保護者は濡れても良い服装