

coco Letter

令和6年
4～6月

高輪ほっとひといき子育て交流「coco (ココ)」の開催の様子をお知らせします。
ミニ講座や身体測定、育児相談の他、参加された方の交流タイムも設けています。



講座のようす & 参加者さまの声

5/18 (土) 赤ちゃんのいる家庭の防災講座 (防災士/保育士)

会場：高輪区民センター

赤ちゃんがいる家庭で準備しておきたい防災グッズに我が子を守るための防災意識について学びました。さらしでのおんぶも体験しました！

大きい地震の時は我が子のそばに行くのも精一杯ということを知り、日頃の環境なども見直したいです。



おんぶをしたのが初めてでしたが両手が空くし、抱っこより軽く感じました！

5/22 (水) ベビーマッサージ (保育士/ベビーマッサージ講師)

会場：高輪区民センター

ふれあいあそびやオイルを使ったベビーマッサージを行いました。お子さんが大きくなってもぜひ親子のコミュニケーションの時間として続けていただけたらと思います。

自宅ですぐ実践できそうなので、早速取り入れたいです！



子どもがリラックスしていて気持ちよさそうでした♪

講座のようす＆参加者さまの声

4/6
(土)

パパ育児のススメ講座 (NPO法人ファザーリング・ジャパン)

会場：高輪区民センター

パパによる絵本の読み聞かせや、パパ同士の交流を楽しみました！

4/23
(火)

離乳食のはじめかた (管理栄養士)

会場：白金台児童館

どんな調理器具や食器をそろえればよいかわからなかったのも、実物を見せていただけてとても参考になりました。

5/28
(火)

赤ちゃんのできる体操講座 (アクティビティ講師)

会場：白金台児童館

ずりばいなどをたくさんするようになり、動くのが大好きなので、とても楽しそうでした。家でもやってみたいと思います。

6/15
(土)

夫婦のパートナーシップ講座 (子育てアドバイザー)

会場：高輪区民センター

性格の異なるパートナーに対し、どんな関わり方をしたらよいかなど、具体的なアドバイスを聞けてよかったです。

4/17
(水)

英語de親子ふれあいあそび (バイリンガル保育士)

会場：豊岡児童館

ネイティブ講師による英語の歌に合わせてふれあいあそびを楽しんだり、絵本の紹介をしました。

5/9
(月)

ベビーリトミック (アクティビティ講師)

会場：高輪児童館

スカーフを使ったふれあいあそびがとても楽しかったようで、ニコニコしていました♪

6/7
(金)

赤ちゃんふれあいわらべうた (アクティビティ講師)

会場：豊岡児童館

なつかしいわらべうたや、楽器を使った合奏などをして、ふれあいあそびを楽しみました♪

6/24
(月)

赤ちゃんはじめてのお熱 (保健師)

会場：白金台児童館

夏に流行しやすい感染症や、体調不良時の対応、熱中症予防についてお話ししました。

赤ちゃん健康コラム ～お口のケアについて～

「歯みがきはいつから必要ですか？」という質問をよくいただきます。歯が生えたら歯みがきはした方がよいですが、歯が生える前から、ふれあいあそびの中でお顔や口周りに触れたり、清潔な指やガーゼでお口を触られることに慣れておくと、歯みがきもスムーズに行えます。歯が生えてからも、急いで歯ブラシを使う必要はなく、機嫌のよいときに綿棒やガーゼで汚れを取ることを習慣にし、慣れたらやさしく歯ブラシでみがきましょう。歌を歌ったり、笑顔の楽しい雰囲気で行ってくださいね！

(保健師：高嶋美紀)



たくさんのご参加をいただき誠にありがとうございました。
今後の開催予定は港区ホームページに掲載しております。
QRコードや検索にてスマホから簡単にご覧いただけます。

※感染症予防の観点より、各日程とも参加組数を限定して開催いたしました。
※状況により、今後も日時・内容を変更・中止する場合があります。



高輪 ほっとひといき



お申し込み・お問い合わせ

高輪地区総合支所 区民課 保健福祉係

03-5421-7085

港区では個人情報保護条例を遵守し、各事業を実施しております。どうぞ安心して事業にご参加ください。