

5月 ほっこり♥はあと News

2017年4月15日 発行 第88号

ほっこりはあと出町は、おもに乳幼児(0~3歳児)のお子さんとその保護者が安心して集える「つどいの広場」。時間内ならいつ来ても、いつ帰っても大丈夫!お子さんのペースに合わせて自由に利用できます。気軽に遊びに来て、情報交換をしたり、お友だちを見つけたり、子育ての悩みを相談したり…。赤ちゃんも安心して過ごしていただけます。これからパパやママになる方もあそびにきてね!大正時代に建てられたお庭つきのお家で、のんびりほっこり、親子で楽しい時間を過ごしてみませんか?

予約受付 4月15日(土)10時~前日16時
 【要予約】のイベントについては、来館またはお電話でご予約ください。*メールは不可

5月のイベント

↓今年度より、月齢の近いお友だちが集まれる時間を設けました↓

お誕生会
 5月10日(水) 11:00-11:30
 5月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう♪ 誕生児さんには、ほっこりからささやかなプレゼントもありますよ。うたやおはなし・シアターなどを用意しているので、お誕生児さんではないお子さんも気軽に遊びにきてね~。

~0歳児さん あつまれ♪~
「離乳食」
 5月26日(金) 11:00-11:30【要予約】
 【対象】平成28年4月生まれ~
 鶴山保育所の保育士さんが「離乳食」についてお話していただきます。気になっていることや心配なこと、いろいろ教えてもらいましょう。

~1・2・3歳児さん あつまれ♪~
「大原へ行こう!」
 5月22日(月)【要予約】
 出町柳9:47発の京都バス⑦途中乗車もOK
 持ち物:お昼ごはん・飲み物・バス代・着替え・帽子
 【対象】平成25年4月~平成28年3月生まれ
 京都バスに乗って、大原のつどいの広場「びーちくばーちく」さんへ行きます。天気が良ければ、近くの親水公園でみんなで遊んで、その後ランチタイム。帰りは自由解散です。

アートセラピー 「なぐり描き法」
 5月29日(月) 10:45-11:30
 講師:カウンセラー浦野千晶さん
 【要予約・6名】
 画用紙に自由にグルグルと線を描き、心のままに色をぬることで心の内面が浮かび上がります。本当の気持ちや悩みを再発見してみませんか?

えな beauty® エクササイズ
 5月11日(木) 10:45-11:30
 講師:ヒーリストまりかさん
 参加費:500円【要予約・4名】
 「えな」とは日本の古語で「子宮・卵巣」のこと。「えな」をあたため優しい気持ちにしてくれるエクササイズ。お子さんはスタッフが見守ります。

パパだけで座談会 「残念なパパ」とママに思われたいために!
 5月27日(土) 10:30-11:30【要予約】
 講師:名波俊兵さん
 (元外資系経営/IT コンサルタント・企業研修講師)
 ママって、実は「それってイクメンのつもり?」って思っているかも。ちょっとの気づきでママはハッピー♪今日からできることを考えるワークショップ。パパが納得して実践できる解決策を一緒に考えよう!

親子リトミック
 5月18日(木) 【要予約・各8名】
 ①10:30-11:00(2.3才)
 ②11:10-11:40(0.1才)
 ほっこりはあと出町スタッフによるリトミック♪親子でスキンシップをはかりながら、音楽に合わせて、お子さんと一緒に楽しく身体を動かそう!

手作り教室
 5月25日(木) 13:30-14:30
 有料【要予約】
 上京母子寡婦福祉会の方による手作り教室です。

子連れヨガ
 5月17日(水) 10:30-11:30
 講師:YOKOさん
 参加費:500円【要予約】
 見守り保育あり
 育児や家事で疲れた体をリフレッシュ。お子さんと同室でヨガを楽しめます。

英語であそぼう
 5月12日(金) ①10:45-11:15(~1歳半)
 ②11:20-11:50(1歳半~)
 講師:ディビッド クレスボさん
 【要予約・各8組】
 歌や絵本、ダンスなどお子さんと一緒に遊びながら英語にふれてみませんか?

ばあばとあそぼう
 5月19日(金) 10:30-11:30
 地域の楽しいばあば達に来てくれます。お子さんはもちろんもお母さんも楽しめますよ~♪

ハンドマッサージ
 5月31日(水) 10:30-11:30【要予約】
 講師:エステティシャンBA 山崎知子さん
 お子さんのそばで、子育て中のママがおしゃべりしながらブロのハンドマッサージで癒してくれます。

健康づくり
 5月1日(月) 13:30-15:00
 地域のおばあさんたちと一緒にイスに座ってのストレッチ体操を教えてくださいましょう。

身体測定
 5月25日(木) ランチタイム以外の時間にいつでも身長と体重を測っていただけます。

毎月2カ所に「ほっこりはあと出町」のスタッフが出張します

上京えんじえるぎゅっとひろば
つどいっこ
 上京区総合庁舎3階
 10:00~13:00
 5月1日(月)

下鴨
ほっこりっこ
 下鴨小学校1階
 10:00~13:00
 (12時からランチタイム)
 5月15日(月)

5月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1 出張ひろば つどいっこ ▲健康づくり 13:30~15:00	2 お休み	3 お休み	4 お休み	5 お休み	6	7 お休み
8	9 お休み	10 ♥お誕生会 11:00-11:30	11 ◆えなビューティ 10:45-11:30	12 ◆英語で遊ぼう ①10:45-11:15 ②11:20-11:50	13	14 お休み
15 出張ひろば ほっこりっこ	16 お休み	17 ◆子連れヨガ 10:30-11:30	18 ♥親子リトミック ①10:30-11:00 ②11:10-11:40	19 ♥はあばとあそぼう 10:30-11:30	20	21 お休み
22 ♥1・2・3歳児 「大原散歩」	23 お休み	24	25 ♥身体測定 (ランチタイム以外) ♥手作り教室 13:30-14:30	26 ☆0歳児 離乳食講座 11:00-11:30	27 ♥パパ座談会 10:30-11:30	28 お休み
29 ◆心理学講座 10:45-11:30	30 お休み	31 ◆ハンドマッサージ 10:30-11:30				

ほっこりはあと出町には、常時2名の
子育てアドバイザーがいます。
子育ての不安や悩み、相談などがあり
ましたら、お気軽にお声掛けください。

♥ほっこりはあと出町による企画

<共催企画> ◆講師 ☆鶴山保育所 ▲小川地域包括支援センター ◎葵児童館

イベントの時間でも、別部屋で
自由にあそべるので、いつでも
お気軽にきてくださいね。

ほっこり♥はあと出町は「暴風警報」「特別警報」が
京都市もしくは京都・亀岡地域に発令された場合臨時休館
となります。AM10時以降に解除された場合は、解除時間以
降より開館いたします。また、開館途中で発令された場合は
スタッフの指示に従ってください。



ほっこりはあと出町

〒602-0827
京都市上京区栞形通出町西入上る相生町 98
TEL 075-708-7736 FAX 075-708-7076
開所時間 10:00~16:00 (ランチタイム 12:00~13:00)
休所日 火曜日・日曜日・祝日・年末年始

<http://hhdemachi.com/>
E-mail: h_h_demachi@yahoo.co.jp



ほっこりはあと出町は、京都市からの委託を受けて
一般社団法人京都市母子寡婦福祉連合会が運営しています。