



# 4月 ほっこり♥はあと News

2019年3月15日 発行 第111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 3月15日(金)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

## 4月のイベント




 **みんなであそぼう**   
**お誕生会**  
4月5日(金)  
11:00-11:30

4月生まれのお友だちをみんなで祝いましょう♪ 誕生児さんには、ほっこりから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~。

 **寝相アート**  
4月26日(金)  
10:30-11:30  
【要予約・8組】  
【対象】ねんねのあかちゃん  
持ち物:スマホやカメラ

同じくらの赤ちゃんとお知り合いになるチャンス!ひろばデビューのきっかけにも!可愛いコスチュームを用意しています。ご自身のカメラやスマホで撮影してね♪







  **親子リトミック**   
4月18日(木)【要予約・各8組】  
①10:30-11:00(しっかりあんよ~)  
②11:10-11:40(~よちよちあんよ)

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しましょう!リトミック指導資格をもつスタッフと一緒に、素敵な音楽空間を楽しみましょう♪







~ママも元気になれる!~  
**メイクワンポイントアドバイス**  
4月11日(木)  
10:30-11:30【要予約・4名】  
講師:ビューティアドバイザー 林 早苗さん


お1人ずつ約15分間。肌カメラを使ったカラー診断後、リップ・チーク・アイメイクのいずれかポイントでご自分に合ったメイクのアドバイスをしてもらえます。忙しい中でも、ちょっとのコツで明るい気分になれますよ!初めての方優先となります。


  **子どもと一緒に**  
**お皿をつくろう**    
4月17日(水) 10:30-11:30  
講師:松井奈苗さん  
材料費:1個500円【要予約・8組】  
直径7~8cmの豆皿(平皿 or お椀型)




子どもの手形や指跡を使って、お皿を作りませんか?見本を展示します。焼きあがりはお約1ヶ月後、ほっこりはあと出町でお渡しします。初めて参加される方優先となります。




**パパと一緒につくろう!**  
  **こいのぼり**    
4月27日(土)  
10:45-11:30  
参加費:300円【要予約・8組】


もうすぐ子どもの日。パパと一緒にステキなこいのぼりを作りましょう!いろんなシールやマスキングテープ、色紙なども用意しているので、絵が苦手な方も大丈夫!是非ご家族でご参加ください。


 **子連れヨガ**  
4月3日(水)  
10:30-11:30  
講師:YOKOさん  
参加費:500円  
【要予約・12組】見守り保育あり  
育児や家事で疲れた体をリフレッシュ!! お子さんと同じお部屋でヨガを楽しめます。

 **ママを応援する心理学**  
**「カラーセラピー & マインドマップ」**  
4月22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】  
「色」や「言葉」から今の自分の心が見えてきます♪心の整理や問題解決に。

 **英語であそぼう**   
 4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**  
4月19日(金)  
10:30-11:30  
地域の楽しいばあば達が来てくれます。お子さんはもちろんお母さんも楽しめますよ~♪

**ハンド**  
**トリートメント**  
 4月24日(水)  
10:30-11:30  
【要予約・6名】  
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プロのハンドトリートメントで癒してくれます。

**手作り教室**  
4月25日(木)  
13:30-14:30  
 有料【要予約】

**健康づくり**  
4月8日(月)  
 13:30-15:00

**身体測定**  
4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 ● ● ●

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  
4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)  
4月15日(月)

 0歳児向き

 1歳児向き

 2・3歳児向き

 ママ・パパ向き

# 4月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1 出張ひろば つといてこ	2 お休み	3 ◆子連れヨガ 10:30-11:30	4	5 ♥お誕生会 11:00-11:30	6	7 お休み
8 ▲健康づくり 13:30~15:00	9 お休み	10	11 ◆メイク ワンポイント アドバイス 10:30-11:30	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 ◆お血をつくろう 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 ◆心理学講座 10:45-11:30	23 お休み	24 ◆ハンド トリートメント 10:30-11:30	25 ♥身体測定 (ランチタイム以外) ♥手作り教室 13:30-14:30	26 ♥寝相アート 10:30-11:30	27 ♥パパと こいのぼりづくり 10:45-11:30	28 お休み
29 お休み	30 お休み	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。

「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

京都市上京区柝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。