

# 9月 ほっこり♥はあと News

2023年8月19日 発行 第164号

☆通常利用は予約不要!

※イベント開催時の通常利用はできませんので  
カレンダーをご確認のうえお越しください

☆ランチタイムあります(12時~13時)

※持参したお昼ごはんを食べていただけます

☆0~3歳児さん(年少)までのご利用となります

**9月のイベント予約**  
8月21日(月)10時~受付開始  
電話 or 来館時にご予約ください  
(メール不可)

## 9月イベント案内 (要予約)



~みんなあつまれ~  
**「あきまつり」**  
9月30日(土)  
10:30-15:30  
※入退自由  
予約不要

あきまつり開催決定! 乳幼児親子さんだけでなく、園児・小学生・地域の方・プレマパパさんも遊びにきていただけます!

詳細はポスター・Instagramで後日お知らせするので、チェックしてお好きな時間にお越しください。

【ステージ】ジャグリング・三味線・ウクレレ・スチールパン・ヨガ教室・英語であそぼう etc.

【ワークショップ】キッズアート・小物作り・アイシングクッキーづくり etc.

【販売】ハンバーガー・焼き菓子&クッキー・駄菓子・飲み物 etc.

※ハンバーガーのみ前売り券販売  
(当日券もあるよ)



**カムカムベビー**  
9月25日(月)  
14:00~14:30  
【8組】

対象: 出産前~生後4ヶ月頃まで

赤ちゃん集まれの新企画! 手あそびをしたり、お話したり、月齢の近いお子さんのお母さんとお知り合いになるチャンスです。子育てのこと、地域のことなどみんなでお話ししましょう。身体測定もできます。記念の足形カードのプレゼントもありますよ!

**自己肯定感をはぐくむ  
「リフレーミング」**

9月8日(金)  
10:45-11:30【6組】

自分の短所や欠点を長所に変換することで、気持ちが楽になったり、自分の可能性を広げたりする効果があります。お子さんへの前向きな声掛けの練習にもなりますよ!

2部制になりました

### お誕生会

9月22日(金) 10:45~11:15

手あそびなどを楽しみながら、成長をお祝いしましょう。お誕生児さんには手形入りのバースデーカードをプレゼント。お誕生児ではないお子さんも一緒に楽しみましょう!

### 親子リトミック

①9月6日(水) (~よちよちあんよ)  
②9月13日(水) (しっかりあんよ~)  
10:45-11:15【各8組】

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! お子さんの成長に合わせてお申込みください。

### なんでも相談日

9月25日(月)  
10:30-11:30【5組】

臨床心理士さんと、鶴山保育所の保育士さんが来てくれます。いつもどおり、ゆったり遊びながら、日頃の疑問や心配事など気軽に相談してみませんか? 子育てや発達のことだけでなく、それ以外のことでも、なんでもOKですよ~!

### ハンドトリートメント

9月27日(水)  
10:30-11:30【6組】

講師: 山崎知子さん(エステティシャンBA)

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、お母さんのお疲れの手をプロのハンドトリートメントで癒してくれます。

### 英語であそぼう

9月1日(金)【各6組】  
①10:40-11:00 (~1才半)  
②11:05-11:30 (1才半~)  
講師: デイビッドクレスポさん

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?

### 身体測定

9月25日(月)・28日(木)  
身長・体重をはかっていただけます。

### 肩・ヘッドマッサージ& メイクワンポイントアドバイス

9月14日(木)

10:10-11:30【要予約・4名】

講師: 林早苗さん・四手井早映子さん  
(ビューティアドバイザー)

お1人ずつ約20分間。肩・首・頭のお疲れの箇所をエステティシャンがマッサージ! コリがほぐれてめぐりが良くなりお顔色もスッキリします♪ご希望の方にはトーンアップしたお肌にリップ・チーク・アイメイクのいずれかご自身に合ったポイントメイクを。子育てで忙しい中でも明るい気分になれますよ~。

### ご近所さんとあそぼう

9月15日(金)

10:30-11:30【8組】

11:00~ お楽しみタイム!

地域の京極住民福祉連絡会の方が遊びにきてくれます。地域のこと、子育てのこと色々お話ししながら遊びましょう! 11時頃からゲームまたは製作をして一緒に楽しみましょう!

### 健康づくり

9月6日(水) 14:00-15:00

小川地域包括支援センターのスタッフさんが来てくれて、地域のおばあさんたちと交流しながらイスに座ってのストレッチ。子育てでお疲れの体を伸ばしましょう。

ほっりのスタッフが上京区役所に出張

上京えんじえる“ぎゅうっと”“ひろば”  
**出張ひろば「上京つどいっこ」**

9月4日(月)・11日(月)  
10:00~13:00 ※入退自由【10組】  
上京区総合庁舎3階 多目的室

11:00~11:15  
**みんなでふれあいあそびタイム**

上京区役所の広いお部屋でゆったり遊びながら、子育てに関する情報交換や相談もできますよ。11時頃からみんなで交流したり手あそびや製作したりして遊びます。



# 9月のカレンダー

					1 (金)	2 (土)	3 (日)
AM	♡は通常利用 (ほっこりあそぼう) 自由にあそんでいただけます 予約不要♪				英語で あそぼう	♡	お休み
PM					♡	♡	
	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
AM	(つどいっこ)		リトミック①	♡	心理学講座	♡	お休み
PM	♡	お休み	健康づくり	♡	♡	♡	
	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
AM	(つどいっこ)		リトミック②	メイク ワンポイント アドバイス	ご近所さんと あそぼう	♡	お休み
PM	♡	お休み	♡	♡	♡	♡	
	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
AM			♡	♡	お誕生会		
PM	お休み	お休み	♡	♡	♡	お休み	お休み
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	
AM	なんでも 相談日		ハンド トリートメント	♡	♡	あきまつり	
PM	身体測定 カムカム ベビー	お休み	♡	身体測定	♡		

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。



「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://hh-demachi.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ひとり親家庭福祉連合会が運営しています