

# 7月 ほっこり♥はあと News

2023年6月17日 発行 第162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


**7月のイベント予約**  
6月19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)

## 7月イベント案内 (要予約)

**プールあそび**  
7月27日(木)・28日(金)  
10:30-11:30  
【持ち物】水着(水着に準ずるもの)  
タオル・飲み物など

お庭で水あそびを楽しみましょう♪雨天や熱中症アラート発令の場合は、お部屋であそびます。


※人数が多い場合は入れ替え制になります



～パパも一緒に～  
**「七夕かざりをつくろう」**  
7月1日(土)  
10:45-11:30【6組】

みんなで楽しく七夕かざりを作りましょう♪笹も一緒にお持ち帰りいただけます。

※お父さん参加できる方、優先。



**メイクワンポイントアドバイス**  
7月6日(木)  
10:30-11:30【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。リップ・チーク・アイメイクのいずれかご自分に合ったポイントメイクをしながらメイクのアドバイスやお悩み相談も！子育てで忙しい中でもちょっとしたコツで明るい気分になれますよ♪

**健康づくり**  
7月5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。健康に関するプチ知識も教えてもらえます。

**なんでも相談日**  
7月24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♪

**親子リトミック**

①7月14日(金) (～よちよちあんよ)  
②7月10日(月) (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。

**お誕生会**  
7月19日(水)  
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ベース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♪

**ご近所さんとあそぼう**  
7月21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♪

赤ちゃんあつまれ  
**カムカムベイベー**  
7月26日(水)  
14:00~14:30【8組】  
対象：出産前～生後4ヶ月頃まで

赤ちゃん集まれの企画！手あそびをしたり、お話ししたり、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♪

ママを応援する心理学  
**メンタルヘルスケア講座**  
7月13日(木)  
10:45-11:30【6組】

自分の今のストレス状態をチェックをして、より良いストレス解消法について学びましょう。マインドフルネスの体験もあります♪


**ハンドトリートメント**  
7月26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。

ほっこのスタッフが上京区役所に出張  
上京えんじえる”ぎゅうつと”ひろば  
**出張ひろば「上京つどいっこ」**

上京区総合庁舎3階 多目的室  
10:00~13:00 ※入退自由【10組】  
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。

.....  
7月31日(月)  
「歯のおはなし」10:30~  
上京区の歯科衛生士さんがお話に来てくれます！  
.....  
7月3日(月)  
11時頃からみんなで手あそびや製作を楽しみます



**英語であそぼう**  
7月7日(金)  
10:45-11:15【8組】  
講師：デイビッドクレスボさん

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**  
7月24日(月)・26日(水)  
身長・体重をはかっていただけます。

# 7月のカレンダー

						1 (土)	2 (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♪					パパも一緒に 七夕製作	お休み
PM						♡	
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)
AM	つどいっこ	お休み	♡	メイク ワンポイント アドバイス	英語で あそぼう	♡	お休み
PM	♡		健康づくり	♡	♡	♡	
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)
AM	リトミック②	お休み	♡	心理学講座	リトミック①	♡	お休み
PM	♡		♡	♡	♡	♡	
	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)
AM	お休み	お休み	お誕生会	♡	ご近所さんと あそぼう	♡	お休み
PM			♡	♡	♡	♡	
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
AM	なんでも 相談日	お休み	ハンド トリートメント	プール	プール	♡	お休み
PM	身体測定		身体測定	♡	♡	♡	
	31 (月)						
AM	つどいっこ					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。	
PM	♡						

「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。



LINE



ホームページ



Instagram



## 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