

8月 ほっこり♥はあと News

2025年7月18日 発行 第187号

☆通常利用は予約不要！いつでもお気軽に来てください！！

※イベント開催時も別部屋で自由に遊べます

☆ランチタイムあります（12時～13時）

☆0～3歳児さん（年少）までのご利用となります

8月のイベント予約

7月19日（土）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）

8月イベント案内（要予約）

ワーク・ライフ・

にこにこバランスセミナー

- 入園&育休産休サポートセミナー

8月25日（月）10:30～12:00

講師：中村郁さん（社会保険労務士）
丸橋泰子さん（オフィスパワーアップ代表）

「入園の基礎知識と園選びのポイント」と「産休・育休のサポート制度と利用法」を教えてください。質疑応答や個別相談の時間もあります。※他のつどいの広場スタッフさんも参加。一緒に学びます。

※午後から職員研修のため
休所となります

親子ヨガ

8月29日（金）10:45～11:15

講師：鈴鹿美香さん【8組】
（スタジオズッカ：ヨガインストラクター）
持ち物：ヨガマット or バスタオル
フェイスタオル 水分補給用の飲み物

ご利用者ママさん講師による親子で楽しめるヨガ。畳のお部屋でゆったりからだを動かしてリフレッシュしてみませんか。腰が座った頃の赤ちゃんから一緒に楽しめます（ゴロゴロ赤ちゃんは側で寝かせて参加してね）。動きやすい服装（スカート以外）でお越しください。※産後1カ月健診後からご参加いただけます。

親子リトミック

8月18日（月）

①10:30～11:00（しっかりあんよ～）
②11:10～11:40（～よちよちあんよ）
【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。

英語であそぼう

8月1日（金）

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【各6組】

歌や絵本、ダンスなどお子さんと一緒に遊びながら本場の英語にふれてみませんか？

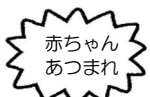
プールあそび

8月2日（土）・6日（水）

7日（木）・8日（金）

10:30～11:30

お庭で水あそびを楽しみましょう♪雨天は室内であそびます。※人数が多い場合は入れ替え制になります



カムカムベビー

8月27日（水）

13:45～14:30【8組】

対象：出産前～生後5ヶ月頃まで

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。身体測定や足形カードのプレゼントも♪プレパ&ママさんも大歓迎！

ハンドトリートメント

8月27日（水）10:30～11:30

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、先輩ママさん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。

お誕生会

8月22日（金）10:45～11:15

手あそびや季節のうた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もう♪

なんでも相談日

8月21日（木）10:30～11:30

臨床心理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気軽になんでも相談できます。子育てや発達はもちろんなんでもOK！

健康づくり

8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と地域の方と交流しながらイスに座ってのストレッチで体を伸ばしましょう！

肌分析&メイクアドバイス

8月28日（木）【4名】

①10:00～②10:30～③11:00～④11:30～
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30分。肌表面から細胞レベルまで分析できるお肌診断でご自身のお肌の強み・弱点など個性を発見、お手入れが楽しくなるヒントに♪また結果で出たお色味のファンデーションでのベースメイクと、眉・アイカラー・チーク・リップからお1つ選んでなりたいイメージで「似合わせメイク」をしていただけます。

ほっこのスタッフが上京区役所に出張

上京えんじえる“ぎゅうっと”“ひろば

出張ひろば「上京つどいっこ」

8月4日（月）

10:00～12:00

※入退自由

上京区総合庁舎3階
多目的室

予約不要



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。みんなで交流しながら、手あそびやよみきかせも楽しめます♪ボールプールやトンネルもあるよ。

※8月25日のつどいっこはお休みで
ほっこのスタッフはいませんが
会場は開いています

13日（水）～16日（土）お盆休み
18日（月）～開館します

8月のカレンダー

				1 (金)	2 (土)	3 (日)
				英語であそぼう ①10:40~11:00 ②11:05~11:30	プールあそび 10:30~11:30	お休み
4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
出張ひろば 10:00~12:00	お休み	プールあそび 10:30~11:30 健康づくり 14:00~15:00	プールあそび 10:30~11:30	プールあそび 10:30~11:30	♡	お休み
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
お休み (山の日)	お休み	お休み	お休み	お休み	お休み	お休み
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
リトミック ①10:30~11:00 ②11:10~11:40	お休み	♡	なんでも相談日 10:30~11:30	お誕生会 10:45~11:15	♡	お休み
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	31 (日)
入園&育休産休 サポートセミナー 10:30~12:00 午後 (12:00~) お休み	お休み	ハンド トリートメント 10:30~11:30 カムカムベビー 13:45~14:30 身体測定 ※ランチタイム以外	肌分析& メイクアドバイス 10:00~12:00 身体測定 ※ランチタイム以外	親子ヨガ 10:45~11:15	♡	お休み

「特別警報」「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。臨時休館の場合Instagramまたはホームページでお知らせいたします。

♡(ほっこりあそぼう)
自由にあそんでいただけます
イベント開催中も別部屋で
遊べるのでいつでもお気軽に
お越しください!

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・相談などお気軽に
お声かけください



ホームページ



Instagram

ほっこり♡はあと出町

〒602-0827

京都市上京区柊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