

1月



## ほっこり ❤ はあと News

2025年12月19日発行 第192号

- ・ ❤ (ほっこりあそぼう)=自由にあそべます
- ・ 通常利用は予約不要
- ・ 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

## 1月のイベント予約

12月20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)

## 1月イベント案内 (要予約)

## せつぶんを楽しもう!

1月31日(土)  
10:45~11:30

節分のうたやおはなし、工作など、みんなでわいわい楽しみましょう! 鬼さんはやって来ないので安心してお越しください♪

カムカム  
ベイビー

1月29日(木)  
13:45~14:30

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♪おむつ交換台、授乳スペースもあるので安心してお越しください。プレパパ&ママさんも大歓迎! お出かけデビューにも!

## 親子ヨガ

1月19日(月)  
10:45~11:15

講師: 鈴鹿美香さん 【6組】  
(スタジオズック: ヨガインストラクター)  
持ち物: ヨガマット or パスタオル  
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。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ヶ月健診後からご参加いただけます。

## 英語であそぼう

1月9日(金)  
10:45~11:15  
講師: ディビッドクロスボーン

通常利用は  
できません

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?

## 親子リトミック

1月21日(水)  
10:45~11:15

通常利用は  
できません

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♪

## ハンドトリートメント

1月28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。

## 肌分析&amp;マークアドバイス

1月15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。結果で出たお色味のファンデーションでのベースマークと、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「似合わせマーク」をしていただけます。

## =冬休み=

12月29日(月)~1月5日(月)  
※1月7日(水)より開所します!

## お誕生日会

1月23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

1月14日(水)  
10:30~11:30

臨床心理士さんが来てくれます。いつもおりゆつ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!

~地域とつながろう~  
ご近所さんとあそぼう

1月16日(金)  
10:30~11:30

地域の京極住民福祉連絡会の方と一緒に遊びます。情報交換しながら世代間交流も楽しみましょう!

ほっこりのスタッフが上京区役所に出張  
上京えんじえる"ぎゅうと"ひろば  
出張ひろば「上京つどいっこ」

予約不要

1月26日(月)  
10:00~12:00  
※入退出自由  
上京区総合庁舎3階  
多目的室

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。ボールプールやトンネルなどで体を動かして遊ぶことができるし、マットも敷いているのでゴロゴロ赤ちゃんも安心して過ごすことができます。お気軽にお越しください。

# 1月のカレンダー

			1(木)	2(金)	3(土)	4(日)
	二冬休み		お休み	お休み	お休み	お休み
	12月29日(月)～1月5日(月) ※1月7日(水)より開所します！					
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
お休み	お休み	♡	♡	★英語であそぼう 10:45～11:15	♡	お休み
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
お休み	お休み	なんでも相談日 10:30～11:30	肌分析& メークアドバイス 10:00～12:00	ご近所さんと あそぼう 10:30～11:30	♡	お休み
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
★親子ヨガ 10:45～11:15 会議のため 15:00で閉館	お休み	★リトミック 10:45～11:15	♡	お誕生会 10:45～11:15	♡	お休み
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	
出張ひろば 10:00～12:00	お休み	ハンド トリートメント 10:30～11:30	★カムカム バイビー 13:45～14:30	♡	節分あそび 10:45～11:30	

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

★印のイベント中は  
通常利用できません  
★印以外のイベントは開催中も  
自由に遊べるので  
いつでもお越しください

「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。  
臨時休館の場合インスタグラムまたはホームページでお知らせいたします。



ホームページ



Instagram



## ほっこり・はあと出町

〒602-0824

京都市上京区今出川通寺町東入一真町 86 桂ビル3階

TEL 075-708-7736

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