



おひさまだより

だんだんと日差しが強さを増して、もうすぐ夏本番ですね。雨続きで気分が落ち込む日もありますが、体調に注意して乗り切りましょう。

ひろばではフラダンスの講座（全3回）が始まり、げんきタイムでは先生によるイベントも行われました。

また、木・金曜日のカフェも好評で天気の良い日にはテラス席のご利用も増えています。21日の父の日にもカフェを開店します。全品半額になりますので、ご家族お揃いでぜひご来館下さい。

今月のお休み

・ひろば・

6月 7日（日）

14日（日）

20日（土）

28日（日）

・一時あすかり・

6月 11日（木）

22日（月）



梅雨時のお弁当

ひと工夫



梅雨の晴れ間をぬってお弁当を持っておでかけ！なんて素敵ですよね。でも、この時期は食中毒も増える季節です。十分な予防をして、楽しい時間を過ごしましょう。

食中毒予防の3原則

- 1 つけない 調理前にはしっかり手洗いをする
生鮮食品を購入する
台所が清潔な状態かチェックする
手、食器、器具を清潔にする
- 2 増やさない 室温に放置しないですぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れる
弁当に入れる場合はよく冷ましてから
危ないと思ったら捨てる
- 3 やっつける 十分に加熱をする

夏に避けたい食材

卵料理 厚焼き卵など

サンドイッチの具として ハム、卵、マヨネーズなど

Pokke では、冷蔵庫、電子レンジのご利用はできませんので、食材や調理方法には十分ご注意ください。保冷剤を入れてくるのも効果的です。



★子育てひろば 6月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
午前		親子プロ 0歳前期	親子プロ 0歳後期		親子プロ 3歳	競技ダンス ライブ	休
午後	育児相談		虫歯の予防の日特集				
午前		誕生会	ケーキカフェ	親子プロ 1歳前期	親子プロ 1歳後期		休
午後	育児相談		ひろば幼児		講座		
午前	ベビー マッサージ	親子プロ 2歳	親子プロ0歳後期 計測日		親子プロ 3歳	休	父の日 イベント
午後	育児相談		ひろば幼児	Pokke Lounge	講座		
午前	ベビー マッサージ	親子プロ 0歳前期		親子プロ 1歳前期	親子プロ 1歳後期		休
午後	育児相談		ひろば幼児				
午前	ベビー マッサージ	親子プロ 2歳					
午後	育児相談						

※水曜日午後は就学前のお子さんの利用ができます

※第3水曜日は計測日(身長、体重)10時～16時

(スタッフに声をおかけください)

※ 読み聞かせ 11時～/15時～

カフェ

12時～13時半

15時～15時半

誕生会

6月9日(火) 11時～

*事前に予約も受け付けています

育児相談

いろいろな日頃のちょっとした
悩みなどを個別にお聞きします

※月曜 午後 ※予約制 ※無料

今月のイベント

◎6/3,4 虫歯の予防の日 ~ハミガキ車が行く♪~
げんきタイム (3日は午後のみ)

◎6/6 競技ダンスライブ 11:30～

◎6/10 ケーキおばさんのカフェ

今月のメニュー ・フルーツロール



・バナナケーキ

◎6/12 フラダンスライブ 15:40～

父の日フェア～お父さんいつもありがとう

6月21日の父の日は、ぜひお父さんと
一緒に Pokke へ!

◎ミニ絵本作り・・・家族の思い出を絵本にして
みませんか?

◎アフロ舞子さんのミニライブ 11時半～

◎カフェ全品半額

現在ご案内中の講座

◎ベビーマッサージ 4回コース

6/15(月)～ 10:30～11:30 6/1～受付開始

◎Pokke Lounge of English

6/18(木) 13:30～14:30 現在受付中

◎父の日 フラワーアレンジメント講座

6/19(金) 13:30～15:00 6/1～受付開始

詳しくはHP、ひろば内の掲示板をご覧ください。スタッフまでお問い合わせください。