



7月

☆キッチンより☆

だんだんと日差しが強くなり、夏らしい季節になってきましたね。暑くなってくると、つい冷たいものが欲しくなって、アイスやジュースなどをとりすぎてしまいがちですが、これらのものは水分とともに糖分もたくさん入っているので、注意が必要です。

この季節のおやつにおすすめなのが、果物のフリージングです。オレンジやバナナは皮をむいて一口大に、ぶどうは一粒ずつ、スイカは一口大にして砂糖を少しまぶすとおいしいです♪それぞれ空気に触れないようにラップでつつんでフリージング用の袋に入れて冷凍します。半解凍くらいがおいしいです！こどものおやつだけでなく、大人の食後のデザートなどにもぴったりです。フリージングをうまく取り入れて、暑い夏を乗り切りましょう！

☆おひさまサロンのお知らせ☆

手遊び、わらべうた、読み聞かせなどお母さん同士、自由にお話できる場になればと思います。

☆7月の日程☆時間：10:30～11:30（受付は、15分前からです）

2日(月)《ころころ》・・・0～6ヶ月前後

(ねんね～寝返り、おすわり)

23日(月)《ハイハイ》・・・6ヶ月前後～1歳前後

(ずりバイ、ハイハイ～つたい歩き)

30日(月)《よちよち》・・・1歳前後～1歳半前後 (歩き始め～)

*同室託児です。ご参加おまちしております♪

7/24(火)・31(火)

にぼけっとさん主催の水遊びがあります。

詳細は、HP・または、ポスターをご覧ください。

トワイライトより・・・♪

Pokkeは引っ越しから約2か月が経ち落ち着いてきました。以前のトワイライトは乳幼児の利用が多かったのですが、最近は小学生の子どもたちも増えてきました。ひろばのスペースでかくれんぼをしたり、カードゲームをしたりと、小学生同士で楽しみながら過ごしています。

梅雨の時期に入り暑かったり、寒かったりと気温の差が激しく、過ごしにくい季節が終り、これから暑い時期がやってきます。水分補給をこまめにとったり、着衣にも気を付けて小学生の元気に負けないような元気いっばいのスタッフが待っています。

《7月のお休み》

◆子育てひろば

1(日)、8(日)、14(土)

22(日)、29日(日)

◆一時あずかり

9日(月)、28日(土)

毎月第3日曜日は、
地域開放デーです

今月は、7月15日(日)です。
ステージ・ランチ・など楽しい企画を考えています♪

皆さんお気軽にPokkeへおいで下さい
詳しくは後日お知らせしますお楽しみに！

☆夏まつりのお知らせ☆

今年もいよいよ、Pookeの夏まつりの季節がやってきました！！

浴衣や甚平などを着て参加して、日本の夏を楽しんでみませんか？

日時：7月28日(土) 9:30～16:30

場所：みなと子育てらし応援プラザ Pokke 内 (仮施設で行います)

*ステージ・ブースやチャリティー手作り品販売など盛りだくさん！

詳しくは、決まり次第お知らせします！

お手伝いしてくださる方も大歓迎★ご希望の方はご連絡ください！

子育てひろば 7月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
午前	<p>* 読み聞かせ 11:45~16:00~</p> <p>* 水曜午後は就学前のお子さんの利用ができます</p> <p>* 育児相談: 無料(予約制)</p> <p>* 第3水曜は計測日(身長体重) 10:30~11:30/13:30~15:00</p> <p>* 誕生会へのご参加は事前の予約をお願いします</p>						1
午後							休
午前	2	3	4	5	6	7	8
午後	おひさま サロン (ころころ)	エアロビ	 ひろば幼児 手づくりおもちゃ	着付け			休
午前	9	10	11	12	13	14	15
午後	保健衛生 講座	まめしぼり 育児相談	誕生会 	スポーツ 教室	避難訓練 かんがるー くらぶ 	休	開放デー 父親講座
午前	16	17	18	19	20	21	22
午後		育児相談	育児講座 計測日 	着付け ♪♪	よるカフェ 		休
午前	23	24	25	26	27	28	29
午後	おひさま サロン (ハイハイ)	水あそび	 ひろば幼児 ♪♪		かんがるー くらぶ 		休
午前	30	31	* ♪♪:うたのお兄さんライブ				
午後	おひさま サロン (よちよち)	水あそび	* 7/3のエアロビと7/12のスポーツ教室は6月からの 振替の為、定員となっておりますのでご了承ください。				
午後		育児相談					

7/9(月) 保健衛生講座

~最近の予防接種について~

講師 増田敬先生
(同愛記念病院小児科医長)

時間 15:00~16:00

場所 ミーティングルーム

定員 10名程*同室託児

参加費 無料

申込み 7/2 9:30~先着順

7/4(水) 手作りおもちゃ

~けん玉・カレンダーづくり~

時間 15:00~16:00

場所 つきの部屋

定員 20名程度
(材料がなくなりしだい、
終了します)

参加費 無料

申込み *当日先着順です。
お気軽にご参加ください。

7/10(火) 手作りおもちゃ

~まめしぼり(型染め)を作ろう!

時間 10:00~11:30
13:30~15:00

場所 ミーティングルーム

定員 各10名程度(同室託児)

持ち物 エプロン

参加費 100円(さらし代)

申込み *当日先着順です。

7/15(日) 父親講座

~簡単 手打ちうどんを作ろう~

時間 10:00~11:30

場所 Pokke 内

定員 6名

参加費 200円(材料費)

持ち物 エプロン,三角巾,手拭タオル

託児 2名(1人 1,200円)

申込み 7/4(水) 9:30~先着順

7/13(金) ベビーマッサージ

~ママと赤ちゃんのリラククス

時間 13:30~15:00

場所 ミーティングルーム

持ち物 お子さんの飲み物
バスタオル、ハンドタオル

定員 10名 参加費 800円
(首が座っているお子さん対象)

7/5, 19(木) 着付け講座

~浴衣の着付けを学ぼう~

* 2回連続の講座です

時間 13:30~15:30

場所 ミーティングルーム

定員 3名 託児3名(1回 1,600円)

参加費 1500円(2回分)

持ち物 浴衣・帯・和装用下着
補正用のタオル・腰ひも3本
伊達締め・前板など

申込み 受付中

7/18(水) 育児講座~1歳半前後の読み聞かせ~

時間 10:00~11:30 定員 10名程度(同室託児)

申込み 7/6(金)9:30~先着順 *6/27の振り替えの講座となります。
6月にお申込みいただいていた方も再度申し込みをお願いします。