



ケアルームより
～手洗いのすすめ～



冬本番。
カゼをはじめとする感染症も増えてくるこの季節。
わたしたちのからだを守ってくれるもののひとつに手洗があります。
うがいよりも手洗いの方が効果があるとした研究があります。
1. せっけんを使い流水で20秒以上手をあらいましょう。
2. 指先、親指、手首までしっかりあらいましょう。

毎月第3日曜日は、地域開放デーです！！

Pokke会員以外の方も来館できます！

今月は、1月18日（日）です。

ランチ・カフェなど楽しい企画を考えています。
皆さんお気軽にお越し下さい。詳しくはひろば内の
掲示板・HPにてお知らせします。お楽しみに！

《1月のお休み》

- ◆子育てひろば
1(木)～4(日)、11(日)、
12(月)、17(土)、25(日)
- ◆一時あずかり保育
1(木)～4(日)、6(火)、
11(日)、12(月)、22(木)



ひろば開館時間
9:30～16:30

お知らせ
1月11・12日は電気工事の為
全館（ひろば・一時・トワ・ショート）
休館になります。

カフェからのお知らせ
8日のランチはお休みです。
おやつのみ提供になります。

- ・ランチ（15食）は、10:00～
玄関受付でチケット販売をします。
1月22日は、給食を提供します。

・おやつは、14:30～
つきのお部屋で販売をします。

～素材を活かしたやさしい味を
親子でお楽しみ下さい!!～



1/21（水） 11:30～11:45
保健師さんから
「乳幼児の事故予防」についての
お話があります。

♡♡ 妊婦さんへ ♡♡
先輩ママとお話ませんか？
見学も大歓迎です。

ばけっとさんによる ものづくりカフェ「クチュール」

- ・1月は定員になりました。
- ・2/9(月)の申込みは
1/9(金)9:30～
来館にてお願いします。



***** 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。お気軽にご参加下さい♪

* お子さんと一緒に参加になります。

☆1月の日程☆

5日(月)《ころころクラブ》(ねんね～寝返り、おすわり)

19日(月)《ハイハイクラブ》(ずりばい、ハイハイ～つたい歩き)

時間：13:30～14:30

定員：6名程度 場所：つきの部屋

*参加受付は、当日15分前より先着順で。



♪ふるさとサロンのお知らせ♪

～出身地のお話をしませんか？～
同じ出身地の皆さんで、
方言を使って懐かしい地元の話で
盛り上がりませんか？

今月は1/26(月)「中国・台湾」出身の方
対象です

時間 13:30～14:30

場所 つきの部屋

定員 10名程度

申込 受付中！！

* 事前の申し込みをお願いします。
当日参加も受付ます。

子育てマップ 無料配布中 ママ・パパ・スタッフと一緒に 一年かけて作った地図です

Pokkeから
徒歩15分圏内



子どもと
入れる店
56件

お店の感想を
ぜひお聞かせ
下さい

全て足を
運んで
調べました

広げるとA3サイズたたむと手のひらサイズ
健康に害の無い塗料・ラミネート加工で安心

平成26年度 子育てひろば 1月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
午前				<div style="border: 1px dashed red; padding: 10px; text-align: center;"> 12/28(日)~1/4(日) 年末年始のお休み </div>			休
午後							
	5	6	7	8	9	10	11
午前	年始 おしるこ 無料 おひさま (ころころ) 13:30~14:30		ひろば幼児	育児相談			全館休館
午後							
	12	13	14	15	16	17	18
午前	全館休館		ひろば幼児	手作り おもちゃ 10:30~11:30 育児相談	誕生会 11:00~12:00 育児相談	休	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> 地域 開放デー </div>
午後							
	19	20	21	22	23	24	25
午前	ものづくり カフェ 10:00~11:30 おひさま (ハイハイ) 13:30~14:30	エアロビ 9:40~10:30 ピラティス 10:50~11:40	計測日 保健師さんの話 育児講座 10:30~11:30 ひろば幼児 計測日 13:30~15:00	育児相談	かんがるー くらぶ 10:30~11:30 育児相談 よるカフェ	休	
午後							
	26	27	28	29	30	31	
午前	マタニティ ソーイング 10:00~12:00 ふるさとサロン 13:30~14:30	ベビー マッサージ 10:30~11:30	食育講座① 10:00~11:30 ひろば幼児	マタニティヨガ 10:00~11:30 			
午後							
							父親講座 13:30~15:00

1/15 (木) 手作りおもちゃ
 「くるくる凧」
 時間 10:30~11:30
 場所 つきの部屋
 定員 6名程度 (託児はありません)
 参加費 300円
 申込 受付中!
 *ご来館でお申込ください。

1/21 (水) 育児講座
 「身近なもので手作りおも
 時間 10:30~11:30
 定員 8組程度
 (お子さんも一緒に参加になります)
 対象 Pokke会員の親子・地域会員
 申込 1/6 (火) 9:30~
 *ご来館でお申込ください。

1/27 (火) ベビーマッサージ
 講師 下麦 江里先生
 時間 10:30~11:30
 参加費 700円 (オイル代・おむつ
 シート代・お茶代)
 持物 バスタオル・替えのオムツ
 定員 10組
 対象 Pokke会員の親子
 (2ヵ月~ハイハイ前まで)
 申込 受付中 先着順

1/28 (水) 食育講座 第1回
 「たくさん噛んで元気な子になろう！」
 講師 キッチンスタッフ
 時間 10:00~11:30
 場所 つきの部屋
 定員 8名程度 (同室託児)
 参加費 無料
 対象 離乳食中期頃~
 申込 1/5 (月) 9:30~
 *ご来館でお申込ください。

エアロビクス講座・ピラティス講座
 1/20、2/17、3/10 (全火曜日)
 エアロビは定員になりました。託児な
 しのピラティスのみ若干名募集します。
 講師 茅匡位 先生
 時間 エアロビクス 9:40~10:30
 ピラティス 10:50~11:40
 持物 動きやすい服装・バスタオル
 飲物・靴 (エアロビクス)
 定員 各クラス10名程度
 参加費 600円 (3回分)
 対象 Pokke会員の親子・地域会員
 申込 受付中 (託児なしのみ)
 *ご来館でお申込ください。
 ※1人1講座のお申込みでお願いします。

【今後の予定】 *詳細は後日ご案内します
 *第2回 2/25 10:00~11:30
 「バランスのとれたメニューで健やかな子に
 なるう」 (対象: 幼児食スタート頃)
 *第3回 3/25 10:00~11:30
 「豊かな食体験で好き嫌いのない子になろう」
 (対象: 離乳食後期頃)

1/31 (土) 父親講座 「みそ作
 時間 13:30~15:00
 参加費 1,000円 (容器代100円含)
 持物 エプロン・すり鉢・すりこぎ
 定員 6名
 対象 Pokke会員・地域会員
 申込 1/10 (土) 9:30~
 *ご来館でお申込ください。

*ひろば幼児
 水曜午後は就学前のお子さんも利用できます
 *誕生会へのご参加は事前の予約をお願いします
 *ランチ12:00~13:30
 おやつ14:00~15:30
 *講座は、事前申込が必要です。
 地域会員の方も参加できます。
 お気軽にお問い合わせください。

育児相談: 無料(予約制)
 金曜の相談日以外でも
 受付をしています。お気軽に
 お問い合わせください。

読み聞かせ 毎週木曜
 日 14:45~12:00
 16:00~16:15