



ひろばは、第1・3日曜日もオープンしています!

♡♡♡♡ キッチンより ♡♡♡♡

胡瓜の1本漬け(5本分)

〈材料〉きゅうり 5本、
☆だし汁(昆布&かつお節) 100ml ☆砂糖 5.5g ☆酢 9g
☆塩 10g ☆しょうゆ 7.5g

《作り方》

- ①胡瓜は、両端を切ってピーラーでしま模様に皮をむき、沸騰したお湯でサッと茹でて、割り箸をさす。
- ②☆の調味料を全て鍋に入れ、一煮立ちさせる。
- ③漬ける容器に②で作った調味液と胡瓜を入れて漬ける。
- ④冷蔵庫で半日ほど置けばできあがり~!!



*** 一時あずかりより ***

保育室では7月17日に行われるなつまつりにむけて、子どもたちも装飾の魚の制作物を作ってくれています。
今年のテーマは「海」ということで、子どもたちは色々な形の色画用紙を組み合わせたり、シールを貼ったりペンで模様を描いたりして思い思いの魚を制作しています。
なつまつりには、ぜひ子どもたちの作品を見に来て下さい!!



《7月のお休み》

- ◆子育てひろば
10(日)、24(日)、26(火)、31(日)
- ◆一時あずかり保育
17(日)、26(火)

♡妊婦さんへ♡

先輩ママとお話しませんか?
見学も大歓迎です。

マタニティーヨガ

7/11(月) 10:00~11:30
※電話でも受け付けています。

「なつまつり」のお知らせ

7月17日(日) 11:00~16:00

当日は、地域の方にもご協力いただき、さまざまなステージやブースを企画しています。
手作りのランチやおやつも販売します。
パパカフェもあります! 詳細は、HPをご覧ください。
*浴衣の着付けを行いますので、事前の予約をお願いします。
予約の締め切りは、15日(木)までです。
(浴衣はお持ち下さい) ご来館お待ちしております。



7月のよる♪カフェは、お休みです
8月のよる♪カフェはありますので、
おたのしみに!!

☆ お知らせ ☆

7月1日(金)より、自転車置き場の場所が変更になります。
Pokke玄関左横のウッドデッキの所に変更になりました。
詳しくは、HP ・ ポスター
またはスタッフまで
よろしくをお願いします。



ぼけっとさんによる ものづくりCafe 「クチュール」

- 7月は、11日(月)です。
- 8月は、お休みです

健康体操

歌に合わせて、体操をしたり、おしゃべりをしています。
高齢者の方と一緒にふれあい
楽しいひとときを過ごしませんか♪
7/5(火)、19(火) 10:00~11:30



カフェからのお知らせ 毎週木曜日

- ランチ(15食)は、
10:00~玄関受付で
チケット販売をします
- おやつは、14:30~
つきの部屋で販売します
- 今月からランチは、すべて給食を提供します



~素材を活かしたやさしい味を
親子でお楽しみ下さい!!~

<サークル活動>

利用者さんが中心となって、サークル活動をしています。
サークル活動については、自主活動となります。

* 詳細や活動日については、PokkeのHPをご覧ください。

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
午前	*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				かんがるー くらぶ 10:30～11:30 育児相談		ひろば オープン
午後							
午前	4	5	6	7	8	9	10
午後							
午前	エアロビ サークル	健康体操 10:00～11:30			育児相談		休
午後		おひさまサロン (ころころ) 13:30～14:00	ひろば幼児				
午前	11	12	13	14	15	16	17
午後							
午前	ものづくりCafé 「クチュール」 10:00～11:30 マタニティヨガ 10:00～11:30	甚平作り 10:00～14:00	甚平作り 10:00～14:00	おりがみ講座 10:30～11:30 創作パレット 13:30～14:30	かんがるー くらぶ 10:30～11:30 育児相談		なつまつり 11:00～16:00
午後			ひろば幼児				
午前	18	19	20	21	22	23	24
午後							
午前		健康体操 10:00～11:30	計測日 10:30～11:30		誕生会 11:00～12:00 育児相談	ひだまり食堂	休
午後		おひさまサロン (ハイハイ) 13:30～14:00	ひろば幼児 計測日 13:30～14:30				
午前	25	26	27	28	29	30	31
午後		休					
午前					育児相談		休
午後			ひろば幼児	あやさんの わくわく ワークショップ 13:30～14:30 			

講座 7月

- 講座は申込が必要です。来館にてお申込ください。
*父親講座・マタニティヨガは、電話で予約できます。
- 講座をキャンセルする場合、返金はできませんのでご了承ください。
- Pokke会員の親子・地域会員の方が参加できます。
- お気軽にお問合せください。

読み聞かせ
毎週木曜日
11:45～12:00
16:00～16:15

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。

計測日 7月20日
(水)
10:30～11:30 13:30～14:30
芝地区の保健師さんが発育の相談を行います。10:30～11:30

甚平作り

7/12(火)、13(水) 10:00～14:00
※昼休憩30分 軽食をお持ちください

講師 三笠 美穂さん
場所 ミーティングルーム
定員 4名
託児 一時預かりをご利用ください
持ち物 手ぬぐい3枚
参加費 無料
申込 受付中

7/14 (木) 10:30～11:30
かずこさんのおりがみ講座

7月のテーマ 「はなび」

場所 つきの部屋
定員 6組
(お子さんも一緒に参加)
参加費(材料費)：200円
申込 6/20(月)9:30～

おひさまサロンのお知らせ

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です。

☆7月の日程☆
5日(火)《ころころクラブ》
(ねんね～寝返り、おすわり)
19日(火)《ハイハイクラブ》
(ずりばい、ハイハイ～つたい歩き)
時間：13:30～14:00
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

7/28(木) 13:30～14:30
あやさんの
わくわくワーク
ショップ
今回のテーマ 「海」
対象 絵の身の傍子さんから
人数 5名程度
受付 事前に予約が必要です。
(空きがありましたら、当日も可)

