



ひまわり畑でのんびり参加できます。

1月8日まで年始のお休みをいただきます。



ほっとルーム 月・火・水・木曜日 ★水曜ランチ	10時30分～14時30分。予約不要 えほんのお部屋で自由に遊べます。お弁当を持ってゆっくりどうぞ。水曜日はお昼ご飯 500円（限定6食）や、美味しい珈琲（300円）も用意しています。
★水曜手芸部 (毎週水曜日) 24日はお休みします	10時30分～12時30分。予約不要 手作り好きなスタッフといろいろなキットを使って作りましょう。子供を遊ばせながら、おしゃべりしながら楽しく手作り出来ます。参加費：500円（キット込み・できるまで何度でも参加できます。）はらぺこあおむしの紐通しが人気です。
★Semi ランチ (1月10日水曜)	手軽な冷凍食品や半調理製品を使っのママランチです。300円で提供します。予約不要。 12時～13時。限定6食。食後に煎れたたの珈琲(300円)もどうぞ。
★薬膳ランチ (1月30日火曜)	これから寒くなる冬に向けてのあったか薬膳ランチです。予約不要。500円限定6食。12時～13時。美味しい珈琲（300円）も用意しています。
★月曜日ランチ (1月22日月曜)	12時～14時30分 毎回人気のランチです。季節のお野菜を使ったお母さんの味です。(^^) 要予約5名 800円+200円でコーヒーもどうぞ
★ふわもこ ソーイング (1月25日木曜)	10時30分～12時 要予約 ミシンを使っていますか？ 家にミシンがあってもなかなか使う機会がなく、なんとなく置いたままになっていませんか？ひまわり畑でソーイングの得意なスタッフ仲尾さんと、おにぎり袋を二つ作ってミシンに慣れましょう。参加費：500円(材料費・完成までの講習費を含みます)
★水曜クッキング (1月24日水曜)	13時～14時30分 参加費：1200円みんなでその日の夕食作りをします。 新しいレシピや作ってみたかったメニューに挑戦してください。予約4名

みんなの居場所です。遊びに来てね。



放課後クラブあおむし 毎週火曜日 (15:30～17:30)	今月は9,16,23,30日です。絵本やアナログゲームを楽しんだり、宿題をしたり、小学生が過ごせる時間で。 費用：「こども会員」の登録が必要です。300円(1月～3月分) 30日はおやつの日です。(おやつ代 100円)
ひまわり畑 子ども食堂 1月12日・19日 (17:30～19:30)	17時30分～19時30分 子どもだけの参加も大歓迎！ シェフは水曜ランチの森田さん。3人の子どものお母さんが作る優しい晩御飯です。中学生以下は無料、大人は300円です。
Chill するタイム (ちるたいむ) 毎月第2・4土曜日 (10:00～13:00)	0歳から大人まで誰でも来ていい時間、ゆったり、ゆったりどうぞ♪ ひまわりおばさん(金澤)がお待ちしています。 ・予約不要・ひまわり会員・あおむし会員は無料



ひまわりママタイムズ

発行先：えほんのお部屋 ひまわり畑

<http://blogs.yahoo.co.jp/heartnetkids>

住所：〒573-0084 枚方市香里ヶ丘 12丁目6-28

電話：090-6739-7064

1月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1 お正月 休み	2 休み	3 休み	4 休み	5 ★ふれあいルーム	6 休み	7 休み
8 休み	9 ほっとR お留守番 あおむし	10 ほっとR、 お留守番 ★水曜手芸部 ★ Semi ランチ ★りっぷる	11 ほっとR お留守番	12 ★絵本で笑お ★子ども食堂	13 Chill する タイム	14 休み 五六市
15 ほっとR お留守番 ★絵本で子育て いっぱい、にほ…	16 ほっとR お留守番 あおむし	17 ほっとR お留守番 ★水曜手芸部 ★リザキッチン ★水曜ランチ	18 ほっとR お留守番 ★おうちケア	19 ★ふれあいルーム ★子ども食堂 ★うにし小児科	20 休み	21 休み
22 ほっとR お留守番 ★月曜日ランチ	23 ほっとR お留守番 あおむし ★更年期薬膳	24 ほっとR お留守番 ★水曜カキが ★手芸部休み	25 ほっとR お留守番 ★ふわふわ親子広場 ★ふわもこ	26 ★ママのための トリートメント ★すこやか小児科	27 Chill する タイム	28 休み ケヤキ マルシ エ
29 ほっとR お留守番	30 ほっとR お留守番 ★英語絵本 ★薬膳ランチ あおむし(おやつ)	31 ほっとR お留守番 ★水曜手芸部 ★水曜ランチ	1 ほっとR お留守番	2 ★ふれあいルーム ★子ども食堂	3 休み	4 休み



※ふれあいルーム(1月5日・19日(10時～12時))

Happy New Year♪

今月は『千代紙の紙風船』を作ります。是非遊びに来てください。

1月は5日に開催します。



いろんな所に絵本を持って出かけています。



五六市 親子の広場「とんとんとん」 1月14日(日) 10時30分～14時 参加費:無料 予約不要	岡本町会館 ひまわり畑お勧めの絵本を販売しています。10時45分から少し読み聞かせします。美味しいパンも販売しています。
絵本で子育て～いっぽ、にほ～ 1月15日(月) 13時30分～14時30分 参加費:無料 予約不要	場所:子育て広場さぶり 子育てひろばさぶりで絵本の会を開いています。ひまわり畑の季節のおすすめ絵本を沢山読んだり、子育てと絵本のお話をしています。今月は「クリスマスを待つ」の絵本です。
☆リザキッチンで ひまわり mama, s クラブ♪ 1月17日(水) 15時～16時 参加費:300円 予約不要	たまには子連れでお茶しましょう。枚方市駅から徒歩6分の老舗カフェで、絵本を沢山用意してお待ちしています。読み聞かせて楽しんだ後は、美味しい飲み物とプチスイーツをどうぞ。 場所:大阪府枚方市大垣内町2-17-5 リザキッチン
うにし小児科絵本の会 1月19日(金) 13時30分～14時30分 要予約:072-841-2579	場所:うにし小児科 小児科の待合室で金澤先生の絵本の読み聞かせがあります。3回参加すると絵本のプレゼントがあります。予約は直接小児科さんへお願いします。ほっこりしましょう。
おやこの広場『りつぷる』 1月10日(水) 10:30～11:30 しょうとく*まちかどステーション (香里ヶ丘 CORiO内)	絵本の読み聞かせや季節を感じられる絵本紹介、ふれあい遊びや、身近な素材を使ったおもちゃ作り等... おうちへ持ち帰ってもらって、親子でちょっぴり心豊かな時間を過ごしてもらえるような場所を作ります。 今回は『牛乳パックのコマ』を作ります。
すこやか小児科絵本の会 1月26日(金)13時～14時 要予約:072-802-7707	場所:すこやか小児科さだ 小児科の待合室で金澤先生の絵本の読み聞かせがあります。3回参加すると絵本のプレゼントがあります。予約は直接小児科さんへお願いします。ほっこりしましょう。
ケヤキマルシェ 親子広場 1月28日(日)10時30分～14時 参加費:無料 予約不要	CONOBA 香里ヶ丘 ひまわり畑のお勧め絵本を販売しています。のんびり絵本を並べています。お立ち寄りください。
親子を楽しむ ～ふわふわ親子広場～ 1月25日10時30分～12時 参加費:500円 要予約:直接T-SITEへ	ひらかたT-SITEで親子広場をひらきます。絵本の読み聞かせや手作り・ふれあい遊びを一緒に楽しみましょう。金澤栄子先生が子育てのコツをお伝えしています。 今月は何を作ろうかなあ。(^_^) お楽しみ♪ 場所:ひらかたT-SITE5階『まなびのひろば』



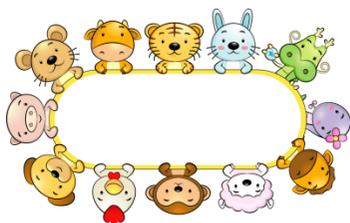
ひまわり畑にママに嬉しい講座が並びました。

0才からの絵本教室 絵本で笑お 1月12日(金) 10時30分～11時45分 料金:800円/1回分 (コーヒー、お菓子代含む) 要予約	3回連続の人気の絵本講座です。 第一回:絵本を楽しみましょう(1月12日) 第二回:絵本の力と可能性(2月9日) 第三回:絵本を通して伝えたい心・育てたい力(3月9日) 講師はNPO法人「絵本で子育て」センター公認の絵本講師です。コーヒータイムはひまわりママの手作りケーキを用意して、子育てについての座談会の時間もあります。 めったに聴けないお話もありますので、是非ご参加下さい。
★おうちケア 1月18日(木) 13:30～14:30 1500円 要予約:ひまわり畑	『冬の免疫UP』 風邪や熱、感染症の予防をし、回復力を上げるワークを親子で実践します。健康になりたい方、病院になるだけかかりたくない方必見!!大人だけの参加可。 講師はビジョンヨガの伊東さん
ママのための出張トリートメント <保育付き> 1月26日(金) 10:30～15:00 料金:30分2,000円 60分3,900円	柔道整復師とアロマセラピーアドバイザーの資格を持つ、セラピスト SHIHO が、毎月第4金曜日にひまわり畑の2階のお部屋で出張トリートメントを行います!肩のコリや腰痛など、お辛い所を中心に優しくほぐしていきます。着衣のままのトリートメントなので、お手軽に受けていただけます。保育はひまわり畑へお申し込みください。 (保育は別途30分400円、60分800円)
楽しく更年期を迎えるための薬膳講座 1月23日(火) 10:30～12:00 2300円(コヒ-付き)	女性ならみんなドキドキ更年期。日常生活ができないほどひどい方からちょっと気になる程度という方まで、人によって出てくる症状は様々。ならば出来るだけ軽く済ませたいと思いませんか?薬膳の知恵をフル活用して、楽しく更年期を迎えましょう(*^^*)
ひまわり畑で英語絵本 1月30日(火) 10:30～11:30 料金:500円	要予約 英語大好きなママも、ちょっと苦手なママも大歓迎。簡単に親しみやすい英語絵本を紹介します。 親子と一緒に英語に触れる時間を楽しんで下さい。 参加費:500円

一時保育の利用が増えています(*^▽^*)ご予約お早めに。

小さな絵本 SHOPブックプランター

えほんのお部屋ひまわり畑で絵本の販売をしています。ひまわりママお勧めの絵本を置いてありますのでご覧ください。プレゼントにどんな絵本がいいかなどのご相談にもお答えしています。
ひまわり会員さんは、消費税はいただきません。



お留守番ルームをご利用下さい。お母さんが用事の時、少しの間でも、子どもをお預かりします。

ひまわり会員さんならどなたでもご利用できます。

※一時保育(お留守番ルーム)なるべく前日までに申込みお願いします。

日時:平日月～金曜日9時～17時(それ以外の時はご相談下さい。)

費用:200円/15分(初回利用の時は保険料500円が必要です。)

月～水曜日10時～12時はリフレッシュタイムとして、1,000円でお預かりしています。

※月極保育を開始しています。必要な時はご相談下さい。月～金曜日(9時～18時)

土日祝日年末年始お休み 費用:0・1・2歳児:60,000円(10時間)

