



## ひまわり畑でのんびり参加できます

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。 *25日はクッキングの水曜ランチはお休みします。
★水曜手芸部 (毎週水曜日)	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手作りしましょう。 子どもがいても大丈夫、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返しが人気です。
★水曜クッキング (10月25日水曜)	13時～14時30分 参加費：1200円 みんなでその日の夕食づくりをします。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
★火曜日ランチ (10月30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 (10月12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)



## 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3, 10, 17, 24, 31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す。 費用：「こども会員」の登録が必要です。300円(10月～12月) 17日はおやつの日です。(おやつ代100円)
ひまわり子ども食堂 10月6日・20日 (17:30～19:30)	17時30分～19時30分 毎月第1・3金曜日です(*^^*)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るタイム (ちるるたいむ) 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

### 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。ひまわりママお勤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。



## 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://www.himawaribatake0303.com/>  
<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

## 10月のカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
ほっとR お留守番	ほっとR お留守番 あおむし	ほっとR、 お留守番 ★水曜手芸部 ★水曜ランチ	ほっとR お留守番	ふれあいルーム 子ども食堂	休み	休み
9	10	11	12	13	14	15
体育の日 休み	ほっとR お留守番 あおむし	ほっとR、 お留守番 ★水曜手芸部 ★水曜ランチ ★リップル	ほっとR お留守番 ★ふわもこ	★絵本で笑お	Chillる タイム	休み
16	17	18	19	20	21	22
ほっとR お留守番 ★絵本で子育て いっぽ、にほ…	ほっとR お留守番 あおむし(おやつ) ★英語絵本	ほっとR お留守番 ★水曜手芸部 ★水曜ランチ ★リザキッチン	ほっとR お留守番 ★こども・こころ・からだ塾	ふれあいルーム ★子ども食堂 ★うにし小児科	休み	ケヤキ マルシ エ
23	24	25	26	27	28	29
ほっとR お留守番	ほっとR お留守番 あおむし	ほっとR お留守番 ★水曜手芸部 ★水用クッキング	ほっとR お留守番 ★ふわふわ 親子広場	★ママのための トリートメント ★すこやか小児科	Chillる タイム	休み
30	31	1	2	3	4	5
ほっとR お留守番 ★月曜ランチ	ほっとR お留守番 あおむし ★小児薬膳	ほっとR お留守番 ★水曜手芸部 ★水曜ランチ	ほっとR お留守番		休み	休み



五六市	今月はお休みします。
絵本で子育て〜いっぱい、にほ〜 10月16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。
☆リザキッチンで ひまわり mama, s クラブ♪ 10月18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。読み聞かせで楽しんだ後は、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 10月20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『りっぶる』 10月11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「どんぐりキラキラマラカス」を作ります。
すこやか小児科絵本の会 10月27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 10月22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〜 10月26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「汽車ポッポ」を作ります。 場所:ひらかた T-SITE 5階『まなびのひろば』

### 一時保育の利用が増えていきます(\*^▽^\*)ご予約お早めに。

**お留守番ルームをご利用下さい。**お母さんが用事の時、少しの時間でも、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: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)



ひまわり畑に、ママに嬉しい講座が並びました。



<b>0才からの絵本教室 絵本で笑お</b>  10月13日(金) 10時30分〜11時45分 料金:2400円/3回分 (コーヒー、お菓子代含む) <b>要予約</b>	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(10月13日) 第二回:絵本の力と可能性(11月10日) 第三回:絵本を通して伝えたい心・育てたい力(12月8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せん。 (10月〜12月毎月第2金曜日開催)
<b>小児薬膳 秋冬の養生</b> 10月31日(火) 10時30分〜12時 料金:1300円 (コーヒー代含む) <b>要予約</b>	<b>すくすく薬膳セミナー『元気な子に育つ 子ども薬膳講座(秋冬)』</b> 講師:堀内知美先生(国際中醫師・国際中医薬膳管理師・NPO法人Tcm小児推拿協会会員) 定員:10名程度 発熱、冬風邪の対処を 中心に秋冬の薬膳のお話です。
<b>★こども・こころ・ からだ塾</b> 10月19日(木) 13:30〜14:30 500円(年内特別価格) 要予約:ひまわり畑	日ごろの育児や家事でがんばっている身体を簡単なヨガのワークとタッチセラピーでリラックスしましょう。子育ての悩みや成長・発達について気になることを【触育(しょくいく)】の観点で学び、こどもタッチセラピータイムで成長を促します。 対象:乳幼児、未就学児 *親子参加講座です。大人だけの参加可。 講師はビジョンヨガの伊東さん
<b>*ママのための出張ト リートメント &lt;保育付き&gt;*</b> 10月27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)
<b>ひまわり畑で 英語絵本</b> 10月17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。簡単で親しみやすい英語絵本を紹介します。親子で一緒に英語に触れる時間を楽しんで下さい。 参加費:500円



※ふれあいルーム(10月6日・20日10時〜12時)  
朝晩少し寒くなり、日中は出歩きやすくなりました。  
是非散歩も兼ねて遊びに来てください。