

横浜市補助事業 親と子の休憩室

# はあとハウス通信



2018年 4月



4月

♡4月2日よりひろば利用時間が10:00~16:00に変更されます♡

月	火	水	木	金
2 はあと♡タイム	3 ♡ 10:45~11:45 お誕生会 (★予約)	4 12:00~ Smile cooking (春野菜ポトフ100円)	5 ♡ 知ると輝く個性の色 10:45~① 13:15~② (★予約)	6 11:15~11:45 足形ペタン! (参加費100円)
9 スタッフ会議のため おやすみ	10 11:00~11:45 ぴよぴよサークル	11 ♡ 10:30~11:30 寝んね de ごろりんアート (★予約13名)	12 10:45~11:45 髪師はる no ちょこっと アドバイス(★予約5名)	13 ♡ 10:45~11:45 ベビーちゃん day
16 11:15~11:45 足形ペタン! (参加費100円)	17 11:15~11:45 プチベビーマッサージ &ファミリーハンドサイン	18 ♡ 11:00~11:45 わくわくワークショップ (★予約4名)	19 11:15~11:45 TAKAKO 先生の 英語 de あそぼう!	20 ♡ 数字でわかるストレスケア 10:45~自分の傾向を知る 13:15~対策を見つける
23 11:15~11:45 ブルッキーさん no ふれあいお話し会	24 ♡ 10:30~11:30 寝んね de ごろりんアート (★予約13名)	25 ♡ 11:00~11:45 おっぱいセルフケア	26 ♡ 10:45~11:45 ベビーちゃん day	27 10:45~11:45 手作りサークル
30 振替休日 おやすみ	開所日 月・火・水・木・金 開所時間 10:00~16:00 (土・日・祝祭日お休み)	利用料 会員 200円/1回 ビジター(一般) 400円/1回 入会金1,000円・4月年会費1,000円	4月中に年会費を更新または、入会して下さった方には、5月31日まで使用できるひろばの無料チケット(200円)をプレゼントします!	★予約の記載のないものは、自由にご参加いただけます。 ★プログラム中もひろばの利用は可能です。

♡お誕生会 ~パステーごろりんアート&カード制作~  
4月3日(水) 10:45~11:45

お誕生会記念に、パステーごろりんアート(ご予約限定セルフ撮影会)と、フェルトでできたオリジナルカードを制作します。みんなで一緒にお祝いしましょう。  
予約制 材料費500円 ※写真を数枚お持ちください。

♡わくわくワークショップ  
4月18日(水) 11:00~11:45

ハワイアンリースを作ります。  
※サンプルは、ひろばでご覧いただけます。  
予約4名 参加費300円 担当 天明 紀子

♡子育てに活かす! 知ると輝く個性の色  
4月5日(木)

①10:45~11:45 「怒りイライラ対処法」  
怒りイライラの感情は複雑な構造をしています。その奥に隠された本当の素顔を自覚することで、怒りをうまく伝える方法を学ぶミニ講座です。  
②13:15~14:00 「個性の成り立ち」 ※初めて参加される方は予約  
12色で分類されるパステーカラーを活用して、生まれ持った気質と感情との関わり、また後天的に習得する性格について学ぶミニ講座です。  
担当 手塚 由貴子

♡数字でわかるストレスケア  
4月20日(金) 10:45~11:45 「自分の傾向を知る」  
チェックシートで数値化された8つのストレス対処方法から、自分自身の傾向を読み取る体験型ミニ講座です。  
13:15~14:00 「具体的な対策を見つける」  
色を活用して丁寧に自分の心と会話しながら、今あるストレスの現状把握と具体的な対処方法を見つける体験型ミニ講座です。  
担当 手塚 由貴子

♡ぴよぴよサークル おむつ編  
4月10日(水) 11:00~11:45

どこのメーカーのオムツがいいのかな?どのサイズが成長に合っている?など、普段使っているオムツをお友だちと交換して、お試してできる気楽な交流会です。  
※オムツの交換をしてみたい方は、多めにオムツをお持ちください。

♡おっぱいセルフケア  
4月25日(水) 11:00~11:45

おっぱいってどんな仕組みなの?授乳の悩みやおっぱいに関するトラブル等、知ると役立つセルフケアのおはなしです。  
授乳の終わったママにも耳寄りな情報があります。  
担当 飯田 和子

♡寝んね de ごろりんアート  
4月11日(水)・24日(水) 10:30~11:30

かわい風景にお子様をごろりんさせて写真を撮ります。  
4月は「こどもの日編」です。当日撮影した写真のデータ2カットを後日メールでお送りし、希望者のみ台紙を販売いたします。  
予約13名 参加費500円 担当 中川 英里

♡♡♡ ご利用のおやくそく ♡♡♡

はあとハウスは多くの親子さんが集い遊ぶ場所です。お子さまから目を離さないように責任をもって見守り、安全に注意しながら楽しい時間をお過ごしください。またママのお手洗いや、やむを得ない電話の際はスタッフにお声がけください。お子さまを残してお買い物やゴミ捨てはお控えください。

♡ベビーちゃん day  
4月13日(金)・26日(木)  
10:45~11:10 セルフ de ごろりんアート  
マンスリーパステーやハーフパステーのセルフ撮影会を開催します。  
11:15~11:45 ベビーちゃんとママのおしゃべり交流会

★お問合わせ・ご予約先★  
TEL 045-866-3377  
月・火・水・木・金 10:00~16:00  
http://www.heart-house.or.jp  
JR・横浜市営地下鉄「戸塚駅」西口より徒歩4分  
横浜市戸塚区戸塚町4253-1サクラス戸塚1F

★予約したプログラムをキャンセルされる時は、お早目のご連絡をお願いします。