

かけがえのない時間をもっと楽しく

みんなで笑おう みんなで育てよう

ほっぺの こそだて講座

8月

絵本クッキング



絵本
『まっかっかトマト』
著書:いわさ ゆうこ
出版社:童心社

家庭で！親子で！手軽にできる食育を！

絵本を楽しみ、そこに出てくる食材を使って親子でクッキングしてみませんか？

今月は、絵本【まっかっかトマト】の読み聞かせと、親子で一緒にトマトソースから手作りのミニピザを作って、みんなで食べます。

みんなで作ると楽しいよ♪美味しいよ♪

- 日 時:2019.8月2日(金) 10:30~12:00(受付 10:15~)
- 場 所:シェルピア高畑建設(株)モデルハウス
(岐阜市琴塚2丁目8-5)
- 参加費:一組 2,000 円(定員 6 組)
(試食されるお子様が一人増えることに 500 円追加いただきます)
- 参加対象:離乳食を完了したお子様と保護者様
(下のお子様も一緒に参加OK 託児はありません)
- 持ち物:お子様に必要なもの(エプロン・タオル他)
- 申込み締切日:7月26日(金)

絵本食育担当:高垣 麻希

絵本から「食」へと、興味と学びを繋げていきます。

親子で一緒に調理して、楽しい時間を！

子育ての話しましょう。 保育士



クッキング担当:上垣 由美子

食べることはみんなが笑顔になる魔法のひとつ…。

食を通して、楽しいことや必要な情報を伝えていきたいと思っています。

管理栄養士



★お申込み方法&申し込み締め切り★

お名前・生年月日・住所・メールアドレス・当日連絡が取れる連絡先・お子様のお名前・生年月日をFAX/TELまたはほっぺの会HPの各お申込みフォームよりお申し込みください。 参加申し込み締め切り:各回講座の1週間前まで(定員になり次第締め切ります)

※キャンセル料は開催2日前より参加費50%が発生します。

主催:ほっぺの会 〒500-8076 岐阜市市町40番地の5 みんなの森 ぎふメディアコスモス 市民活動交流センター内ブース02

TEL:070-5258-8746 FAX:058-241-1181

講座受付:070-5332-8747(宇野) HP: <https://hoppe-no-kai.jimdo.com/>



ほっぺの会

★お申込み用紙★

お申込み講座名: _____

ご参加者名: _____ (年 月 日生まれ)

お子さまの名前: _____ (年 月 日生まれ 歳 ヶ月)

ご住所:〒 _____

メールアドレス: _____

当日連絡の取れるご連絡先: _____

アレルギーの有無: あり(_____) ・ なし

かけがえのない時間をもっと楽しく

平成 31 年度

「キリン・地域のちから応援事業」

「ジュエルキッズの冒険

～親子が共に成長できる社会への支援～」

みんなで笑おう みんなで育てよう

ほっぺの

こそだて講座

のびのび♪絆の泉

8月

裏面も見てね！

キッズタッチ① 親子レクヨガ編

親子でギュッとスキンシップ！ご機嫌家族をめざそう！

■日 時:2019.8月3日(土)10:00～11:00(受付 9:45～)

■場 所:みんなの森 ぎふメディアコスモス おどるスタジオ

■参加費:一組 500 円(定員 10 組 定員になり次第締め切り)

■対象年齢:3 才～小学校低学年の親子

■持ち物:水分補給できるもの・動きやすい服装

講師：柴田 雅江



ベビーヨガマッサージ体操
陰ヨガインストラクター
保育士

※次回は 9/7(土) みんなの森 ぎふメディアコスモス つながるスタジオにて
キッズタッチ② キッズマッサージ編です。

★お申込み方法★

お名前・生年月日・住所・メールアドレス・当日連絡が取れる連絡先・お子様のお名前・生年月日をFAX/TELまたは
ほっぺの会HPの各お申込みフォームよりお申し込みください。

主催:ほっぺの会

〒500-8076 岐阜市司町 40 番地の 5 みんなの森 ぎふメディアコスモス 市民活動交流センター内ブース 02

TEL:070-5258-8746 FAX:058-241-1181

講座受付:070-5332-8747(宇野) HP: <https://hoppe-no-kai.jimdo.com/>



ほっぺの会

★お申込み用紙★

*お申込み講座名: _____
*ご参加者名: _____ (年 月 日生まれ)
*お子さまの名前: _____ (年 月 日生まれ・ 歳 ヶ月)
*ご住所:〒 _____

*メールアドレス: _____ *当日連絡の取れるご連絡先: _____

*リトミック参加の方はどちらかに○を付けてください: ひよこクラス ・ うさぎクラス

主催 ほっぺの会

かけがえのない時間をもっと楽しく

平成 31 年度
「キリン・地域のちから応援事業」
「ジュエルキッズの冒険」
～親子が共に成長できる社会への支援～



みんなで笑おう みんなで育てよう

ほっぺの

こそだて講座

のびのび♪絆の泉

8月

裏面も見てね！

親子でランラン！トミック



聞いて♪ 走って♪ 考えて♪ 音とリズムで楽しく遊ぼう😊

テーマ『お魚つり』



- 日 時:2019.8月20日(火) 9:45~10:30 ひよこクラス (10ヶ月~)
10:45~11:30 うさぎクラス (2歳頃~未就園児)
- 場 所:みんなの森 ぎふメディアコスモス おどるスタジオ
- 参加費:500円(定員 各クラス 20組 定員になり次第締め切り)
- 対象年齢:10ヶ月~未就園児 ■持ち物:動きやすい服装・水分補給の飲み物



講師 日比野久美子
(トミック講師)

笑顔とできた！が溢れる時間を😊

～9月の申込み同時受付中～ 9月5日(木)メディアコスモスおどるスタジオ

親子ではッピー♥ベビーマッサージ

ママの手は魔法の手♥ スキンシップで幸せの花が咲く😊

マッサージ終了後は毎月テーマにそってトーク&ティータイム♪

今月のテーマ『ありがとう♥みんなしあわせ』



- 日 時:2019.8月21日(水) 10:00~11:00(ベビーマッサージ)
11:00~11:20(トーク&ティータイム)
- 場 所:みんなの森 ぎふメディアコスモス あつまるスタジオ
- 参加費:500円(定員 15組 定員になり次第締め切り)
- 対象年齢:2ヶ月~ヨチヨチ歩きの赤ちゃん
- 持ち物:バスタオル・授乳ケープ(必要な方)・水分補給(母乳・ミルク・お茶など)



講師 日比野 久美子
(ベビーマッサージインストラクター)

とびきりの笑顔のために♥

～9月の申込み同時受付中～ 9月9日(月)メディアコスモスあつまるスタジオ



日比野 久美子<ほっぺの会認定講師>

ベビーマッサージインストラクター・キッズタッチインストラクター・トミック講師
3児のおかあさん(育児大奮闘中◎) (インストラクター歴10年)

主催 ほっぺの会

かけがえのない時間をもっと楽しく

令和元年度 ~あなたの思いをかたちに~
岐阜市市民活動支援事業 採択事業

みんなで笑おう みんなで育てよう

ほっぺの こそだて講座

8月

離乳食クッキング



ママとベビーのハッピータイム

大人のご飯から取り分け離乳食で、
ランチしながら情報交換♪
アレルギー対応可

- 日 時:2019.8月30日(金) 10:30~13:00(受付 10:15~)
- 場 所:シェルピア高畑建設(株)モデルハウス
(岐阜市琴塚2丁目 8-5)
- 参加費:3,000 円(定員 5 組)
- 対象年齢:プレママ~2 歳までのお子さまと保護者
- 持ち物:筆記用具・エプロン・三角巾・手拭きタオル
- 申込み締切日:8月23日(金)



岐阜の食材を食べよう!



鮎ごはん

野菜の田楽

まめ豆サラダ

すまし汁

五平餅



三浦 真由美<ほっぺの会認定講師>



2児のママです。
離乳食作り真っ最中!
日々の経験を生かした時短・簡単な
テクニック等もお伝えしています。
管理栄養士

★お申込み方法&申し込み締め切り★

お名前・生年月日・住所・メールアドレス・当日連絡が取れる連絡先・お子様のお名前・生年月日をFAX/TELまたはほっぺの会HPの各お申込みフォームよりお申し込みください。参加申し込み締め切り:各回講座の1週間前まで(定員になり次第締め切ります)
※キャンセル料は開催2日前より参加費50%が発生します。

★託児について★

事前加入の保険適用外に関する費用や損害賠償の費用については一切補償できません。お子様のエプロン、飲み物、おむつ、抱っこひも等はご持参ください。当日、別紙託児申込書をご提出頂きます。(HPよりダウンロードまたは当日記入)
託児費はお子様一人につき1,000円となります。離乳食・幼児食クッキングはお子様ひとり追加は1,500円(食事・託児・保険代)となります。
(※離乳食を食べている様子を見ながらアドバイスさせていただきますので、事前に授乳をお済ませください。)



マークは託児あり

主催:ほっぺの会

〒500-8076 岐阜市司町40番地の5 みんなの森 ぎふメディアコスモス 市民活動交流センター内ブース02

TEL:070-5258-8746 FAX:058-241-1181

講座受付:070-5332-8747(宇野) HP: <https://hoppe-no-kai.jimdo.com/>



ほっぺの会

★お申込み用紙★

お申込み講座名: _____

ご参加者名: _____ (年 月 日生まれ)

お子さまの名前: _____ (年 月 日生まれ 歳 ヶ月)

ご住所:〒 _____

メールアドレス: _____

当日連絡の取れるご連絡先: _____

アレルギーの有無: あり(_____) ・ なし

お子様が当日に食べる ごっくん期 もぐもぐ期 かみかみ期 ぱくぱく期 もりもり期
食事(○をつけてください) (5.6ヶ月の頃) (7.8ヶ月の頃) (9~11ヶ月の頃) (1歳~1歳半の頃) (1歳半~2歳の頃)

主催 ほっぺの会