

■ほっとひろば(ふらっと)

- くつろぎタイム 月～土曜日(祝日含む)  
 午前の部10:00～13:00/午後の部13:00～16:00
- ★赤ちゃんタイム 第1・3月曜日 午後の部
- ★パパタイム 第2土曜日 午後の部
- 絵本を楽しむ会 第2月曜日 14:00～/15:00～  
 ※第3火曜日はメンテナンスのためお休みです

■ほっとひろば(レインボーホール)

- くつろぎタイム 月・金・土曜日(祝日含む)  
 午前の部10:00～13:00/午後の部13:00～16:00
- ★赤ちゃんタイム 第4月曜日 午後の部
- ★パパタイム 第4土曜日 午後の部
- 絵本を楽しむ会 第2土曜日 10:30～/11:30～

■ほっとひろば(かがりの郷)

- くつろぎタイム 火・水・木曜日(祝日休み)  
 午前の部10:00～13:00/午後の部13:00～16:00
- ★赤ちゃんタイム 第1火曜日 午後の部
- 絵本を楽しむ会 第2水曜日 11:00～

■ほっとひろば(すばるホール)

- くつろぎタイム 水・木・金曜日(祝日含む)  
 午前の部10:00～13:00/午後の部13:00～16:00
- ★赤ちゃんタイム 第1木曜日 午後の部
- ★プラネdeえほん 第2木曜日 10:30～

■ふらっと文庫

第1水曜日 14:00～17:00(小学生対象)

「ふらっとスペース金剛」は子育て支援活動による地域づくりを目指すNPO法人です

- 「ふらっとスペース金剛」では、会員を募集しています。ぜひご入会ください。  
 正会員 入会金2000円 年会費10000円  
 賛助会員 年会費1口5000円  
 利用会員 入会金・年会費は不要。ふらっとスペース金剛のサービスをご利用いただく会員です。

NPO法人 ふらっとスペース金剛  
 富田林市寺池台1丁目13-31  
 TEL.0721-29-5227 FAX.0721-55-2003  
 ホームページ <http://www.furatto.com>

■きつずルーム(ふらっと)

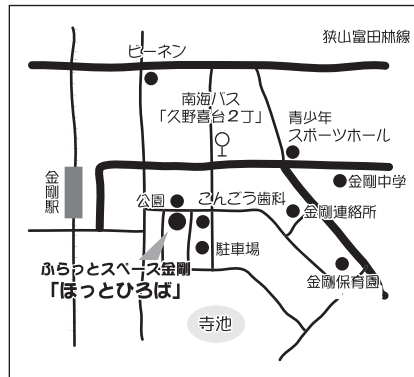
- 利用料=お子さんひとりにつき  
 平日(月～土)9:00～17:00……………1時間1000円  
 時間外(日・祝日も)……………1時間1500円

■レインボーちびっこルーム  
 (レインボーホール2階)

- 利用料=お子さんひとりにつき  
 平日(月・火・木・金・土)……………1時間1000円  
 時間外(日・祝日も)……………1時間1500円

■一緒に子育てヘルパー

- 利用料=スタッフ1人につき  
 平日(月～土・9～17時)  
 2時間3000円・以降30分ごとに800円  
 時間外(日・祝日も)  
 2時間4000円・以降30分ごとに1200円  
 ※交通費は実費をいただきます。  
 ※出張保育もあります。



子育て応援講座  
**気づきのワークショップ**

今年度は4カ所で開催します!!

子育て、思ったのとちょっと違うかも… 最近大人と会話してないな…  
 自分のこと、最近すっかりほっといたらかしたな…  
 なんて思うことはありませんか?  
 子育て応援講座～気づきのワークショップ～は、  
 お子さんと離れてゆっくりママさん同士で話しながら、  
 『私』について考えるワークショップ中心の講座です。  
 毎年好評のこの講座、今年度は年間を通して4カ所開催に拡大。  
 たくさんの方に参加していただけるのを、楽しみにしています。



年間開催予定

	すばるホール	ふらっとスペース金剛	かがりの郷	レインボーホール
第1日目	6/4(火)	6/6(木)	9/24(火)	9/26(木)
第2日目	6/11(火)	6/13(木)	10/1(火)	10/3(木)
第3日目	6/25(火)	6/27(木)	10/8(火)	10/10(木)
第4日目	7/2(火)	7/4(木)	10/22(火)	10/24(木)
募集期間	5/7(火)～5/24(金)		8月下旬～9月中旬(未定)	

各回のテーマ

- 第1日目 イマドキの子育て事情
- 第2日目 私のこんな所、ステキでしょ?!
- 第3日目 理想の母像・現実のワタシ
- 第4日目 断るってとってもムズカシイ

開催概要

- 時間 ●各回とも10:00～12:00
- 定員 ●各回8名
- 保育料 ●子ども1人につき500円/1回  
 4回分を事前申し込みの場合のみ  
 子ども1人につき1000円/4回

HPにもアクセスしてね! <http://www.furatto.com>

# 大好評につき 4月もお得な特別保育デーを開催!!

4/23(火)

4月は何かと忙しい時期。

普段は家族サービスばかりをしているママも、たまには息抜きも必要。

ショッピングするもよし、ひとりでランチもよし、ちょっぴり豪華なスイーツを

ゆっくり味わうのもよし。

リフレッシュすることにより、子どもにもありがたいと言えるかも。

ママと離れることも子どもにとっても大切な成長です。

この機会をぜひ、利用してみてください。



日時●4月23日(火) 10:30~13:30

場所●レインボーちびっこルーム (富田林市民会館2F) 定員●10名

料金●子ども1人1500円(きょうだい保育の場合、2人2800円/3人4000円)

持物●おにぎり・お茶・着替え・おむつ・ビニール袋(汚れたおむつ入れ)

※持物にはすべて名前を記入してください

お問い合わせ・申込み先 **ふらっとスペース金剛** TEL 0721-29-5227

### 保育のメニュー

#### ●きつずルーム

ふらっとスペース金剛でお子さんをお預かりします。

#### ●レインボーちびっこルーム

レインボーホール(富田林市民会館)でお子さんをお預かりします。(水曜日は休館日につきお休み)

■利用料=お子さんひとりにつき

平日(9:00~17:00).....1時間1000円

時間外、日・祝日.....1時間1500円

### 一緒に子育てヘルパー

■利用料=スタッフ1人につき

平日(9:00~17:00)

2時間3000円

以降30分ごとに800円

時間外、日・祝日

2時間4000円

以降30分ごとに1200円

お問い合わせ・申し込みは**ふらっとスペース金剛**まで TEL.0271-29-5227

## クリスタル・リーディング

●4/12・26(金) 13:00~13:20/13:30~13:50

14:00~14:20/14:30~14:50

15:00~15:20/15:30~15:50

●1回20分1200円 ●セラピスト 原井メイコ

●お問い合わせ・ご予約=090-8377-8947(原井)

## はり・きゅうの神秘

●毎週金曜日 10:00~12:00

●1時間3000円、初回お試し2000円

☆小児鍼もやります。30分1000円

●施術者 中川章子(はり師・きゅう師)

●お問い合わせ・ご予約=090-3651-0198(中川)

## フェイシャルリンパ

●4/19(金) 13:00~13:45/14:00~14:45

15:00~15:45

●1回3000円

●施術者 和田春美

(リンパフェイシャルトレーナー)

●お問い合わせ・ご予約=090-5242-8153(和田)

## フーレセラピー

●4/9、23(火) 10:00~11:00/11:10~12:10

●1時間4500円/2時間8000円 初回500円引き

●施術者 平田陽子

(フーレセラピー協会セラピスト)

●お問い合わせ・ご予約=090-9547-4651(平田)

## 「ふらっとNEWS」はここで手に入ります

■富田林中央公民館・図書館

■富田林金剛公民館・図書館

■富田林市東公民館

■富田林児童館

■富田林市人権文化センター

■富田林市市民協働課

■富田林市子育て支援課

■けあばる

■富田林市保健センター

■富田林市総合体育館

■富田林市市民公益活動支援センター

■河内長野子ども・子育て総合センター「あいっく」

■大阪狭山市公民館

■かがりの郷

■河南町図書館

■太子町公民館

■とんだばやし国際交流協会

■エスコープ大阪よりあい金剛

■ヘアーズギャラリーナカヤマ

■富田林モータースクール

■ダイエー 富田林店

■ジャスコ 金剛東店

■金剛駅前 どびん亭

■豚々亭

■SAYAKAホール

■すばるホール

■りそな銀行金剛支店

■サンブラザ山田店

■サンブラザ富田林店

■レインボーホール

■里の恵みショップ「里庭」

■マツゲン河内長野店

■やまもと富田林西店

■かなんぴあ

■MINATOYA

■ブラン

■ワフル金剛店

■PL病院

■富田林病院

■錦郡幼稚園

■川西幼稚園

■喜志西幼稚園

■大伴幼稚園

■板持幼稚園

■彼方幼稚園

■伏山台幼稚園

■しろがね幼稚園

■大伴保育園

■彼方保育園

■イトマン富田林

■スイミングスクール

■ふじおか小児科

■成研会クリニック

## パパタイム おいしいスイーツ 出来ました!

3月のパパタイムはクッキングシリーズ第3弾。5組の親子参加者で賑わいました。当日は高校生のボランティアのお姉ちゃんも駆けつけてくれて、華やかになりましたよ!

みんなでイチゴ大福を丸めたり、さつまいもお焼きをホットプレートでジュージュー焼きました。お留守番のママ達、喜んでくれたかなあ…。今回0歳児を連れた親子も参加してくれて、途中パパの抱っこ紐でスヤスヤ寝てしまった微笑ましい場面もありました。

参加してくれたパパさん!ありがとうございました。また遊びに来て下さいね!

スタッフのつぶやき

やっと暖かい日が来ましたね。今年の冬は寒かった～。でも、そんな日もひろばに来ているママとおしゃべりしたり、子どもたちを追いかけしていると、自然と身体もポカポカ…パワーもらえて今日もお肌ツルツル?にならないかな～と日々思っている私です(笑)

ふらっとのひろばの前の公園では、桜が毎年咲きます。ふらっとの窓から、庭から、お花見が出来ますので、是非遊びに来て下さいね。お待ちしております。(T)

## ママのための おしゃべり会に 参加しませんか?

4月25日(木) 10:00~12:00

子どもたちをスタッフに預けて、ゆっくりおしゃべりしませんか?

日頃言いたくても言えずにたまっていること、誰かに聞いてほしいことなど、「こんなこと聞いたら笑われるかな」なんて心配しないで、みんなでワイワイ思っきりしゃべってスッキリしましょう!

- 場所:レインボーホール2階 和室
- 参加費:無料
- 申し込み:ふらっとスペース金剛

スタッフのつぶやき

春ですね!!「ほっとひろば」も春の気分満載です。

ひろばに来てくれている子どもたちの中にも、春から保育園や幼稚園に入園予定の子がいます。レインボーは土曜日も開催しているので、お休みの日はひろばに遊びに来て、様子を教えてくださいね。

私もふらっとに関わり、早数年…。春になるといつも思うのですが、自分のペースでいるんなことにチャレンジしていきたい!と思っています。そして、たくさんの方々と子どもたちに出会えることを楽しみにしています!!(T.Y)

## 5回シリーズ ごんちゃんプログラム、 新年度がスタート!

昨年度好評だった「ごんちゃんプログラム」、今年度もかがりの郷でスタートします。「どうしてうちの子って“ごんた”なの〜?」子育て中に悩んだことから、認知行動療法や発達障がいについて学んだ、パワフル母ちゃんによるプログラム。解決策を見つけることや、指導することが目的ではありません。かみなり母ちゃんからの脱出のお手伝いをします。

4月19日(金)スタート

- 日時:毎月第3金曜日 10:00~11:45
  - 場所:かがりの郷 講座室
  - 定員:5組(母子同室)
- 詳しくは、ふらっとスペース金剛まで

今年度はかがりの郷でも  
パパタイムを企画!

毎月第1日曜日 13:00~

4月のテーマは  
「お花見パーティ」

4月はきれいに咲いた桜を見に行き、お花見パーティーをしようと考えています。パパ&子ども、またはファミリーでご参加してくださいね。詳しくはひろばスタッフまで。

- 4月7日(日) 13:00  
プレールーム集合
- 持ち物:飲み物、子どものおやつ

## 落ち着いた雰囲気 のひろばで ほっとひと息つきませんか?

すばるホールのほっとひろばは、すばるホール2階にある離れの和室で、水・木・金曜日に開催しています。お部屋は広々として落ち着いた雰囲気、庭園にも出られます。庭園を眺めながら、ひと息つきに来て下さいね。



プラネ de 絵本

プラネタリウムに絵本を映してみんなで楽しめます。手遊びもとりにれます。

- 日時:4月11日(木) 10:30~11:00
- 場所:すばるホール3階プラネタリウム
- 参加費:申し込み:不要

直接来て下さいね!

パパタイム

月に一度イベントを行います。今月のテーマは「春を見つけ隊、集合!!」

- 日時:4月20日(土) 13:00~16:00
- 場所:錦織公園 水辺のさと
- 申し込み:ふらっとスペース金剛まで

## 親子ふれあい体操

親子で思いっきりからだを動かして、ママもすっきり!!

- 日時 4/19・26・5/10・17・24・31・6/7・14・21・28・7/5・12(金) 全12回 13:30~14:30
- 場所 レインボーホール 多目的ホール(体育館)
- 対象 4~10歳 ●参加費 4500円 ●講師 川上里佳

## ストリートダンス

音楽に合わせて、LET'S DANCING!!

- 日時 4/5・12・19・26(金) 15:30~16:30
- 場所 レインボーホール 多目的ホール(体育館)
- 対象 4~10歳 ●参加費 2000円/月 ●講師 川上里佳

## ベビーマッサージ

ママと一緒にリフレッシュ!! 気持ちの良い時間が流れます。

- 日時 4/4・11・18・25(木) 10:30~12:00
- 場所 レインボーホール 3F 和室
- 対象 0歳児と保護者 ●参加費 800円 ●講師 田名瀬かおり

## エコクラフト雑貨作り

世界に一つだけのオリジナル作品を作りませんか?

- 日時 4/8・22(月) 13:00~15:00
- 場所 レインボーホール 2F 会議室3
- 参加費 1000円(材料費別途) ●講師 塩田洋子

## アルバム作り

子どもの成長記録にお好みの彩りを...

- 日時 4/11・25(木) 10:00~12:00
- 場所 レインボーホール 2F 会議室3
- 参加費 2回で4500円(講習費・保育費・材料費込み) ●講師 多田あかり



## マタニティ & 産後ヨガが 第2・第4木曜日に変わりました!

これまで毎週木曜日に開催していましたが、4月からは第2・第4木曜日の開催に変わります。妊婦さんはもちろん、出産後のママたちの骨盤矯正・腰痛予防、産後のダイエットにも効果があります。子どもさんと一緒にぜひ参加してみてください!!

- 開催日●第2木曜日...レインボーホール・第4木曜日...かがりの郷
- 講師●布施多美恵(日本マタニティヨーガ協会認定インストラクター)
- 時間●10:15~11:15 参加費●300円(要予約)
- 持ち物●ヨガマットまたはバスタオル ※保育はついていません

### ほっと カレンダー 4月

	ふらっと スペース金剛	レインボー ホール	かがりの郷	すばるホール
赤ちゃんタイム	1・15(月) 13:00~	22(月) 13:00~	2(火) 13:00~	4(木) 13:00~
パパタイム	13(土) 13:00~	27(土) 13:00~	7(日) 13:00~	20(土) 13:00~
絵本を楽しむ会	8(月) 14:00~15:00~	13(土) 10:30~11:30~	10(水) 11:00~	プラネdeえほん 11(木) 10:30~
おしゃべり会	ママのためのおしゃべり会 25(木) 13:30~(要予約・保育付)	ママのためのおしゃべり会 25(木) 10:00~(要予約・保育付)		
ゴンちゃん プログラム			19(金) 10:00~11:45 (要予約・保育同室)	
マタニティヨガ (要予約)		11(木) 10:15~11:15	25(木) 10:15~11:15	
るばのパン	3(水)	—	24(水)	17(水)
コウの家のパン	5・19(金)	5・19(金)	—	5・19(金)

※16日(火)のふらっとスペース金剛は、メンテナンスのためお休みです。かがりの郷をご利用ください。