

あなたの子育て応援します！

# ふらっと NEWS

発行:NPO 法人 ふらっとスペース金剛

2021 年  
5月号  
Vol.202

## ほっとひろばって、なあに？

おもに、0～3歳の未就園児の親子が集える場所です。毎日決まったプログラムがなく、予約せずにふらっと訪れて、気兼ねなく利用が出来ます。(13時からは予約優先)子どもを安心して遊ばせることが出来たり、欲しい情報や大人の話し相手も探せます。最初の一歩は勇気がいるけど、勇気を出してひろばの扉を開けてみて！！そこには一緒に子育てする仲間や、子どもの成長や子育ての大変さに共感してくれる人、「その人らしい」子育て「その子らしい」成長と一緒に見守り、応援するスタッフが待っています。子育てを終えられた方や子育て中の人を応援したい方もどんどんほっとひろばに遊びに来てくださいね。



\*「ほっとひろば」は、富田林市より委託を受けて開催しています。



- ふらっとスペース金剛
  - レインボーホール（富田林市民会館）
  - かがりの郷
  - すばるホール
- の4か所で開催しています。

※10時～13時は1時間のみ利用。  
13時～15時は予約優先で2時間利用できます。  
※各ひろばで定員を設けています。  
※利用料は無料です。

こちらも  
チェックしてね！

- HP⇒<http://www.furatto.com>
- facebook⇒ふらっとスペース金剛で検索
- Instagram⇒furattostaffで検索
- LINE 公式アカウント⇒@772slnie

LINE QRコード



# らくらく子育て講座

今回のテーマは

## 『つい子どもに怒ってしまうあなたへ①』

心理カウンセラーさんをお迎えしての Kotona の子育て講座「らくらく子育て講座」です。自分の気持ちも子どもの気持ちも大切にできる子育ての方法と一緒に見つけていきましょう。ホントは穏やかに子どもに接したいのに。つつい怒ってしまう自分を責めていませんか？ちょっと視点を変えて、その怒りを見直してみましょう。らくらくのヒントが見えてきますよ。



- 日 時：5月11日(火) 10:30~12:00
  - 会 場：Zoom (オンライン開催) ■対象者：子育て中の人
  - 定 員：6名 (事前にメールをお願いします。Zoomの招待状を送ります。)
  - 講 師：的場 かの代 (心理カウンセラー)
- メールのQRコードはこちら ⇨ 

Kotona の園庭開放

## ENGAWA

5月は8日・22日(土)  
10:00~11:00、11:00~12:00の  
1時間ごとの入れ替えとなります。

子どもたちの  
大好きな歌や  
手遊びを一緒に  
しましょう!

定員 10名

ENGAWA は Kotona と地域の方々との交流の場です。  
ぜひ、遊びに来てくださいね。セルフティーもありますよ♪



## 家庭的保育事業 Kotona の給食



Kotona では午前は季節の果物、午後は手づくりのおやつを提供しています。幼児期は胃が小さいため、1日3食の食事では十分なエネルギーや栄養素をとることができません。おやつはその不足分を補う大切な役割があります。ご家庭でもぜひ作ってみてくださいね。



### にんじんケーキ

<材料> (幼児1人分)

米粉 18g・ベーキングパウダー1g・砂糖 3g・なたね油 3g・豆乳 18g・にんじん 15g

<作り方>

- ①ボウルになたね油、砂糖を入れてよく混ぜ合わせる。
  - ②①に豆乳、すりおろしにしたにんじんを加え、軽く混ぜる。
  - ③②に米粉とベーキングパウダーを加えて、さっくりと混ぜる。
  - ④型に流し入れ生地を平らにし、200℃に予熱したオーブンで20分焼く。
  - ⑤竹串をさして生地がつかなければ出来上がり。
- ※フライパンでもOK。弱火でゆっくり焼いてね。

# 『WEB de おしゃべり会』に参加してね！！

『WEB de おしゃべり会』に参加してね！！ほっとひろばを開催していますが、対面はちょっと・・・という人が安心して参加出来る様に不定期で開催しています。スタッフと一緒にオンラインでおしゃべりしませんか？誰かとお話することで気分転換になりますよ！！

開催日	テーマ	時間
5月15日(土)	出産後、実家に帰れていない人	14:00~14:30
5月19日(水)		

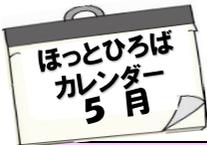
参加方法⇒

info@furatto.com に  
名前と参加希望日を  
メールする



ふらっとから  
Zoom ミーティングの  
招待状が届く

開催時間になったら  
招待状の URL を click  
又は ID と PW を入力



	ふらっと	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	3・17(月) 13:00~(予約優先)	24(月) 13:00~(予約優先)	11(火) 13:00~(予約優先)	20(木) 13:00~(予約優先)
パパタイム	30(日) 10:00~12:00 合同企画「みんなで遠足に行こう!!」			
絵本をたのしむ会	10(月) 10:00~11:00~	15(土) 10:00~11:00~	11(火) 10:00~/11:00~	13(木) プラネ de えほん 10:30~
おしゃべり会		助産師さんのおしゃべり会 17(月) 13:00~15:00	ママのためのおしゃべり会 27(木) 13:30~14:30	
ふらっとマーケット	1(土) 10:30~13:30			
ユウの家のパン	7(金)・21(金)	7(金)・21(金)	—	7(金)・21(金)
WEB de おしゃべり会	15(土) 14:00~/19(水) 14:00~ テーマ『出産後、実家に帰れていない人』			
WEB de プレマトーク	22(土) 10:30~			

※18日(火)はほっとひろば(ふらっと)はメンテナンスのためお休みです。ほっとひろば(かがりの郷)をご利用下さい。

※4日(火)はほっとひろば(かがりの郷)は祝日のためお休みです。ほっとひろば(ふらっと)をご利用下さい。

※5日(水)はほっとひろば(かがりの郷)は祝日のためお休みです。ほっとひろば(ふらっと・すばるホール)をご利用下さい。

※新型コロナウイルスの影響でイベントが変更になることがあります。



あゆむくん



かえでくん



はるとくん



ひなたちゃん



ゆうすけくん

## お誕生日月の写真撮影会をします!!

ふらっと NEWS 6月号に4月・5月・6月産まれの子どもの顔写真を掲載します。年齢は問わないので初めてや久し振りの子ども達も、ぜひ、ほっとひろばに写真を撮りに来て下さいね!!

### ★写真撮影日★

- ・ほっとひろば (ふらっと) 5月 7日 (金) 13:00~15:00
- ・ほっとひろば (レインボーホール) 5月 10日 (月) 13:00~15:00
- ・ほっとひろば (かがりの郷) 4月 27日 (火) 13:00~15:00
- ・ほっとひろば (すばるホール) 5月 6日 (木) 13:00~15:00



※初めて掲載される人が優先になります。

定員が有りますのでお申込みは ふらっとスペース金剛 TEL0721-29-5227 までお願いします。



## 今月のパパタイムは 『みんなで遠足に行こう!!』

5月30日(日) 10:00~12:00

場所：錦織公園 (水辺の里)



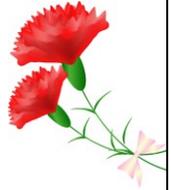
初めての試みとしてみんなでワイワイ遠足に行きたいと思います。場所は小さい子どもも楽しく遊べる遊具がある錦織公園です。ゆっくり、のんびり過ごしましょう。



今回のパパタイムはママも参加OKです。たくさんのご参加お待ちしております!!

\*雨天中止になります。  
中止の時はFacebook・Instagramにてお知らせします。

ひろばに遊びに行くようになって丸3年経ちます。  
 第2子妊娠中に親子ふれあい体操に参加したことがきっかけです。  
 あまり動けなかった私の代わりに、スタッフさんや参加していた  
 方々が子供と一緒に遊んでくださり、とても嬉しそうに走ってい  
 たのを覚えています。  
 また、子育ての些細なことでも悩んだ時に、スタッフさんや他のママ  
 さんと話すことで気持ちが楽になったことが沢山ありました。  
 たまに利用する程度ですがとても良くしていただき感謝の気持ちで  
 いっぱいです。ありがとうございます。(Uさん)



## 助産師さんのおしゃべり会

今月のテーマは『**出産後の生活**』

5月17日(月) 13:00~15:00

ほっとひろば (レインボーホール)

参加費無料  
 予約優先!

出産後の生活って、どこまでが良くて、どんなところを気をつけたら良いのか不安で  
 すよね。自分の体の事、離乳食の事等々どんな事でも大丈夫です。  
 助産師さんに質問してみませんか?

- 定員：8組 (0才児はカウントなし)
- 申込：各ほっとひろばスタッフ、またはお電話にて  
 TEL 0721-29-5227

## ママのためのおしゃべり会

今月は『**みんなでサイコロトーク!!**』

5月27日(木) 13:30~14:30

ほっとひろば (かがりの郷)

参加費無料  
 予約優先!

大きなサイコロを使って出た目のテーマのお話をしますよ。  
 あれ? 何処かで同じ様な観たような…なんて事はおいといて~  
 みんなで楽しくお話ししましょう!

子どもは同じお部屋で遊ばせながら過ごすので、安心して参加してくださいね



※予約優先です。各ほっとひろばスタッフ、またはお電話にて。TEL 0721-29-5227

ふらっとシェアルームにて  
富田林市寺池台1丁目 16-221-102

セルフティのサービスあります  
ご予約は各出展者まで



5月10日(月)

1部(10:00~14:00)

■Happy Relaxation room Y

足浴+フットマッサージ(膝より下) 30分  
初めての方 500円、2回目以降 1,000円  
子育て、お仕事、ストレスをかかえている方へリラクセスを  
連絡先:080-2430-6637 LINE ID:5012295

■フェイシャルサロン la luce

美肌小顔エステ 初回体験 1時間 500円  
小鼻エステ 30分 1,000円  
メイクレッスン 30分 1,000円  
連絡先:090-8758-4351

■Crop\*Garden 湊さやか

こどもの日ごろね・おすわりアート撮影会  
アルバム作り&手形アート 各約 30分 各 1,000円  
ごろねアート+手形の両方される方は1時間 1,800円  
連絡先:090-9980-4757 LINE@:@lnk7632q

2部(15:00~20:00)

■ウィメンズカウンセリング MyLife

ワンセルフカードセラピー 1,000円  
美しい30枚のカードで今の自分、未来の自分をひもとく  
お手伝いをします 女性のこころ相談の質問もお気軽に  
連絡先:LINE : @gjk0352m

■relaxation handmaiden

ちょこっとリラクゼーション(ボディケア)20分 2,500円  
好きな箇所 重点的コース ボディケアのみ  
妊娠中の方はご利用出来ません  
連絡先:公式 LINE:https://hand-meg.com/連絡先/

■灯 和

ヘナ教室体験 体験代金:2,500円(税込)  
ヘナは天然のトリートメントです!  
キレイになって、白髪まで染まる 3日前までに要予約  
連絡先:090-3620-9915 LINE ID:akarisansan

5月20日(木)

1部(10:00~14:00)

■beauty salon Laule'a

ハンドトリートメント 15分 1,000円  
ヘッドマッサージ 15分 1,000円  
フェイシャルエステ(カウンセリング込)60分 3,000円 他  
連絡先:LINE@:@fwz5449b

■Happy Relaxation room Y

足浴+フットマッサージ(膝より下) 30分  
初めての方 500円、2回目以降 1,000円  
子育て、お仕事、ストレスをかかえている方へリラクセスを  
連絡先:080-2430-6637 LINE ID:5012295

■しんそう泉ヶ丘

十分休めて力を出せるからだところの状態へ  
カウンセリング~術前検査~施術~術後検査 40分前後  
イベント料金!! 3,000円 (ご予約の方 2,500円)  
連絡先:ご予約:090-3715-3725(ショートメールにて)

2部(15:00~20:00)

■しんそう泉ヶ丘

内容は1部と同じです。



## できること登録●今月のPICK UP

### ウィメンズカウンセリング MyLife 的場 かの代 さん

LINE ID : @gjk0352m



たとえば、なんとなく自分がすごくダメだと思ったり、なんとなく一人ぼっちだと感じたり、なんとなく不安だったり、そんな時にカウンセリングを使ってみませんか？  
「なんとなく」がキーワード。

私は決してあなたを否定しません。あなたのその「なんとなく」の意味を探り、あなた自身が道を選んでいくお手伝いをします。

そんな私は皆さんよりもちょっとお姉さんな人見知り。

どうぞお気軽にお話ししに来てくださいね。

リモートにも対応しています。



### 「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      | ●つどいの広場 ひだまり     | ●サンプラザ 河南町芸大前店       |
| ●富田林金剛公民館・図書館      | ●とんだばやし国際交流協会    | ●サンプラザ 喜志店           |
| ●富田林東公民館           | ●SAYAKA ホール      | ●サンプラザ 太子店           |
| ●富田林児童館            | ●きらっとぴあ          | ●サンプラザ 富田林店          |
| ●富田林保健センター         | ●富田林市立幼稚園(各園)    | ●サンプラザ 古市南店          |
| ●富田林市役所 子ども未来室     | ●富田林市立保育園(各園)    | ●サンプラザ 山中店           |
| ●富田林市人権・市民協働課      | ●金剛幼稚園           | ●スーパーセンターオークワ河南店     |
| ●富田林市 金剛連絡所        | ●しろがね幼稚園         | ●富田林モーターズスクール        |
| ●富田林市人権文化センター      | ●東金剛幼稚園          | ●aimere hair(エメールヘア) |
| ●富田林市市民公益活動支援センター  | ●平成幼稚園           | ●千一夜                 |
| ●富田林子ども家庭センター      | ●葛城保育園           | ●豚々亭                 |
| ●富田林総合体育館          | ●菊水保育園           | ●花唐草                 |
| ●大阪狭山市公民館          | ●常德保育園           | ●はんど cafe(梅の里)       |
| ●大阪狭山市保健センター       | ●ともっち保育園         | ●プラン                 |
| ●河内長野子ども・子育て総合センター | ●みどり保育園          | ●MINATOYA            |
| 「あいつく」             | ●ふれんど保育園         | ●山田屋                 |
| ●河南町役場             | ●寺池台こども園         | ●放課後デイサービス運動療育バード    |
| ●河南町図書館            | ●大谷さやまこども園       | ●富田林病院               |
| ●太子町役場・保健センター      | ●梅の里子育て支援センター    | ●PL病院                |
| ●千早赤阪村役場・保健センター    | ●富貴の里子育て支援センター   | ●ふじおか小児科             |
| ●かがりの郷             | ●第1幼児教育センター      | ●こんごう体育整骨院           |
| ●けあばる              | ●第2幼児教育センター      | ●錦織鍼灸整骨院             |
| ●すばるホール            | ●大阪大谷大学 幼児教育センター | ●ヤマニシ歯科              |
| ●レインボーホール          | ●道の駅 ちはやあかさか     |                      |
| ●すこやかひろば           | ●イオン 金剛東店        |                      |

## ■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 12:00～15:00  
★赤ちゃんタイム 第1・3月曜日 13:00～
- 絵本を楽しむ会 第2月曜日 11:00～  
※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 12:00～15:00  
★赤ちゃんタイム 第4月曜日 13:00～
- 絵本を楽しむ会 第3土曜日 11:00～

## ■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 12:00～15:00  
★赤ちゃんタイム 第2火曜日 13:00～
- 絵本を楽しむ会 第1火曜日 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 12:00～15:00  
★赤ちゃんタイム 第3木曜日 13:00～
- プラネ de えほん 第2木曜日 10:30～

## ■ふらっと文庫

ほっとひろば(ふらっと)で本の貸し出しをしています。

## ■預かり保育

- (2時間からご利用いただけます)
- 利用料＝お子さんひとりにつき  
平日(月～金)9:30～17:00  
…1時間 1,500円(別途消費税)  
時間外(土・日・祝日)  
…1時間 2,000円(別途消費税)

- 当法人の正会員・賛助会員になると  
お得な価格でご利用いただけます  
平日(月～金)9:30～17:00  
…1時間 1,000円(別途消費税)  
時間外(土・日・祝日)  
…1時間 1,500円(別途消費税)

## ■一緒に子育てヘルパー

- (2時間からご利用いただけます)
- 利用料＝スタッフひとりにつき  
平日(月～金)9:30～17:00  
…1時間 2,000円(別途消費税)  
時間外(土・日・祝日)  
…1時間 2,500円(別途消費税)
- 当法人の正会員・賛助会員になると  
お得な価格でご利用いただけます  
平日(月～金)9:30～17:00  
…1時間 1,300円(別途消費税)  
時間外(土・日・祝日)  
…1時間 1,800円(別途消費税)  
※交通費は実費をいただきます。

「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 2,000円 年会費 10,000円  
賛助会員 年会費 1口 5,000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  
〒584-0073  
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 <https://www.furatto.com>

