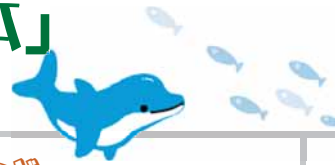


# みんなの居場所「わ〜くわ〜く北本」

## 8月のお知らせ



メニューは、変更になる場合があります。ランチはご予約ください。

		教室・サロンのイベントなど	ランチ メニュー
1	水	10:00~12:00 夏休み工作教室(みんなで紙ねんどの貯金箱を作る!) 10:00~12:00 コラージュ教室	切り干し入りメンチカツ
2	木		ドライカレー
3	金	10:30~11:30 ぼぶぼぶ、赤ちゃん集まれ!(寝相アート)	タコライス
4	土		
6	月	10:30~11:30 ドレミでジャ〜ン♪ 15:45~16:45 ほっとカフェ	豚ひき肉ののり巻き
7	火	9:30~10:30 ほっとカフェ	親子丼
8	水		ハンバーグ
9	木		ミートソースパスタ
10	金	10:30~11:30 よちよち トコトコ、みんなで遊ぼう!	ハヤシライス
11	土		
13	月		
14	火		
15	水	夏季休業	
16	木		
17	金		
18	土		
20	月	10:30~11:30 ドレミでジャ〜ン♪	夏野菜のカレー
21	火	10:00~12:00 コラージュ教室	親子丼
22	水	10:30~11:30 歌声サロン 13:30~15:00 午後のちくちく 15:45~16:45 ほっとカフェ	チキンのオープン焼き
23	木	9:30~10:30 ほっとカフェ 11:00~12:00 まんまる石けんをつくらう!	チーズハンバーグ
24	金	9:30~10:30 ほっとカフェ 10:30~11:30 離乳食学習会	ホイコーロー
25	土	17:30~19:30 みんなの居酒屋	
27	月	10:30~12:00 クラフトカフェ 15:45~16:45 ほっとカフェ	サラダ寿司
28	火		ナポリタン
29	水		つくねの磯辺焼き
30	木		ミートドリア
31	金	9:30~10:30 ほっとカフェ	オムライス

☺新メニュー「キッズプレート」(¥500)がご用意できる日(完全予約制。前日までにご予約ください。)

**お申込み・お問い合わせ: 電話 048-592-9612 FAX 048-592-9613**

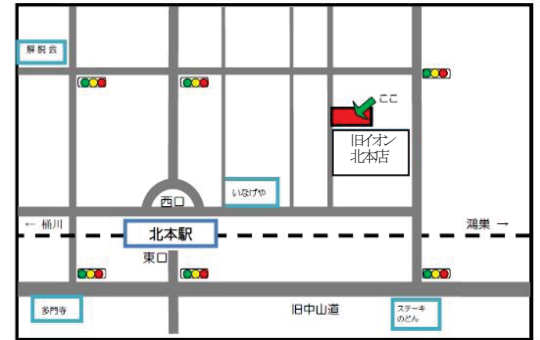
JR 高崎線 北本駅西口徒歩7分・旧イオン北本店西となり 〒364-0031 北本市中央4丁目67 北本生活館1F

## 溶けるような暑さの夏!

各家庭での冷房はやめて、「わ〜くわっく北本」でクールシェアしませんか?  
本を読んだり、ぼ〜つとしたり、おしゃべりしたり、ケーキを食べたり…。  
「親子のひろば」にも、遊びに来てね☆彡

ちょっと出かけてランチをしたり、お茶を飲んだり、おしゃべりをしたり、サロンのイベントに参加したり、ふらっと立ち寄れるところがみんなの居場所「わ〜くわっく北本」です。小さいお子さんと一緒に過ごせるお部屋もあります。車いすのままご利用いただくこともできます。

- ♡ **利用料** みんなの居場所 ￥100 (一日)  
親子のひろば ￥100 (親子で)
- ♡ **ランチ** 日替わりランチ ￥700 (居場所利用料を含む)  
生活クラブの食材を使った、ほっとする家庭の味のランチです。
- ♡ **利用時間** 毎週月～金曜日 10:00～16:00  
(第1・3水曜日は15:30迄)
- ♡ **一時託児** ￥1,000/1時間 (9:00～16:00)



ホームページ (「北本 てとて」で検索!!)・ブログ・フェイスブック あります。  
「わ〜くわっく北本」の運営は、**ワーカーズコレクティブてとて**が担っています。

## ご報告とお礼

【 6月9日に、設立10年記念交流会を開催しました 】

みんなの居場所「わ〜くわっく北本」・NPO法人ワーカーズコレクティブてとて共催で、10周年交流会を開催しました。組合員、地域の方、わ〜くわっく北本の利用者、「てとて」の利用者、近隣ワーカーズからなど、100名近い方にご参加いただきました。軽食24種類を囲み、歓談しながら、これまでの歩みをスライドショーで皆さんに見ていただきました。10年の年月で積み上げてきたものを感じることができた幸せな1日でした。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。これからも、皆様の居心地の良い居場所となるよう、努力してまいりますので、よろしくお願いします。

## お待たせしました! 待望の夜の「わ〜くわっく北本」 みんなの居酒屋 開店

8月25日(土) 17時30分～19時30分

### 今回のメニュー

- 【お料理】 お通しチケット 500円 (下記5品の中から好きなものを3品)  
ポテトサラダ・タコときゅうりの酢の物・だし巻き卵・サモサ・切り干し大根  
ココロチーズメンチカツ・チキン南蛮・肉巻きおにぎり 各300円
- 【お飲み物】 ビール・チューハイ・ハイボール・ジュース など 100円～300円

## 夏休み 特別企画 1

### 夏の工作教室 みんなで紙粘土の 貯金箱を作ろう☆≡

日時：8月1日(木)  
10:00-12:00

参加費：300円

材料費：300円

対象：小学生1～6年

(1～3年生までは  
親子で参加してね！)

夏休みの宿題を、みんなで  
楽しく作っちゃおう！

## 夏休み 特別企画3

### クラフトカフェ

#### ニュースペーパーバッグ

新聞紙を使ったバッグを作りたいと以前からご要望があり、今回企画いたしました。夏休み中ですので、親子で参加も楽しいですね。

日時：8月27日(月) 10:30～12:00

参加費：500円 (親子で700円)

持ち物：新聞紙2枚(見開き)・

ハサミ・液状のり(手が汚れますので、お手拭きがあると良いです。)

\*リピーターの方は、縫い物でご参加も大歓迎です。

### 午後のちくちく

手作り苦手だけど何か作ってみたいという方、大歓迎のちくちくカフェです  
午後のゆったりとした時間をぜひ一緒に。

日時：8月22日(水) PM 1:30～3:00

参加費：500円

特にキットはありませんが 初めての方は布巾を(200円～)をご用意いたします。もちろん初心者でない方も ぜひご参加下さい。

## 夏休み 特別企画 2

### まんまる石けんを 作ろう！

～～石けんで手を洗おう！～～

小さいなお子様と一緒に石けん作りができます。粉の石けんに、色や香りのついたお水を混ぜて、ねんどのようにこねて形を作ります。作業時間は10分～20分ほど。好きな色と形で自分だけの石けんを作ってください。お子様の小さな手で作る、まんまるの石けんはとても可愛くて愛着がわきますよ～！すぐ乾くので、その日から使えます。

日時：8月23日(木) 11:00～12:00

参加費：300円 材料費：200円

幼稚園や学校のお友達と一緒に作りに  
きてください！

夏休みの自由課題にもなりますよ。

### 気分すっきりコラージュ制作 体験教室

雑誌の切り貼りで作品作りをします。

コラージュとは、雑誌を自由に選び、切り取り、貼り付けることです。絵の上手・下手は全く関係なく、特別なルールもありません。不思議と気分が落ち着いたり、晴れ晴れしたり、スッキリするのを体験できます。どんな作品ができるか、作る本人も予想がつかず、意外な物が出来上がったりします。制作後、参加者同士で作品を鑑賞します。参加者皆で見ることで、自分でも気づかない思いを見つけることもあります。

\*コラージュ療法は、心理療法のひとつとして広く普及している方法です。

日時：8月1日(水)・21日(火) 10:00～12:00

参加費：1,000円

講師：松本(認定心理士・精神保健福祉士)

持ち物：はさみ、スティックのり、あれば好きな雑誌  
など(切り貼りするので捨ててもいいもの)

### サークル 俳句の会

俳句の会は、8月よりサークルとして  
活動をするようになりました☆≡

お問い合わせ：横田幸子産業(0480-85-5505)

\*事前にお申し込みの上、ご参加ください。

# ばぶばぶ、 赤ちゃん集まれ!

## 寝相アート

あかちゃん  
花火を見る～  
・・・の巻

からだをいっぱい動かして、親子でいっしょにあそびましょう。親子のスキンシップに、お友達作りに、お気軽にご参加ください。保育士さんと、お話することで、悩みも解消できるかも。遊んだ後に、寝相アートを楽しみましょう。

日時：8月3日(金)  
10:30～11:30

参加費：300円  
【対象：0歳～1歳くらい】



## ドレミでジャ～ンプ♪

音楽にあわせて 親子で遊ぼう ☆

リトミックをとりいれ音楽に合わせて親子で楽しく体を動かしています♪ リトミックは、リズム感や音感などを培い、感受性豊かな情操を育むと言われています。集団保育前の慣らしに、親子のスキンシップに、お友達作りに、参加してみませんか。【対象：1歳半くらい～】

日時：8月6日(月)・20日(月)  
10:30～11:30

参加費：300円(親子の広場利用料を含みます)

## よちよち トコトコ みんなで遊ぼう!

(対象 1歳～2歳くらい)

トコトコ歩けるようになって楽しいですね。ママと一緒に遊びましょう。子育て相談も受け付けます。

たくさんの子どもの成長を見てきたベテラン保育士が担当しています。ちょっとした心配事などもどんどん相談してください。

「ばぶばぶ赤ちゃん集まれ」の卒業生はこちらへどうぞ(-\_-)☆

日時：8月10日(金) 10:30～11:30  
参加費：300円



## 離乳食学習会

日時：8月24日(金) 10:30～11:30  
参加費：800円(別途材料費 月齢によって100円～300円が必要です)

なるべくお母さんの質問に丁寧にお答えしたく、定員を6名としました。月齢に合わせた食材で離乳食を用意します。お気軽にご参加ください。

赤ちゃんは誕生から5ヶ月くらいたつと、大人が食べている口元をじっと見つめ、よだれをたらすようになります。いよいよ離乳食を始める時期がきました。うまく進めば8～9カ月頃、おすわりが自分のできるようになると、自らの手で野菜をしっかりと食べられるようになってきます。生命にあふれたたくましい姿です。

満足するまで集中して食べられる子、野菜大好きな子、命を育て心を育てる離乳食の与え方、進め方などの勉強会です。



## 歌声サロン

☆ みんなで懐かしい歌をうたおう ☆  
☆ ハンドベルで遊ぼう ☆

スタッフと一緒にピアノに合わせて懐かしい歌を歌いましょう。おしゃべりも楽しみながら、楽しい時間を過ごしています。

そして、だれでも簡単に合奏気分の味わえるハンドベルを、奏でてみませんか? 楽譜は使いませんが、だれでも演奏できます(-\_-)☆ お気軽にご参加ください♪

日時：8月22日(水) 10:30～11:30  
参加費：300円(居場所代含む)

\*事前のお申込みがなくてもご参加いただけます。

\*事前にお申し込みください。



## ほっとカフェ

こころのモヤモヤを お話してみませんか?

どんな内容でも結構です。(秘密厳守) お茶を飲みながら、一対一でお話を伺います。お話を伺うのは、カウンセリングの勉強をしたスタッフ(認定心理士・精神保健福祉士・産業カウンセラー)です。お一人50分位を予定しています。

日時：8月7(火)・23(木)・24(金)・31(金)  
8月6(月)・22(水)・27(月)

9:30～  
15:45～

参加費：一回 ¥1,000【ホットコーヒー付】