



# 7月

# まむ さるーんだより

2021

梅雨明けが待ち遠しいこの頃ですが、梅雨が明けると本格的に暑くなってきます。これから先、熱中症予防に気をつけましょう。外遊びは午前中の涼しい時間帯を選び、食事のとき以外にも水分補給を心がけていくといいですね。また、新型コロナウイルス感染拡大の防止のため、マスクをつける機会が多くなりました。マスクをつけると体に熱がこもり、暑さをさらに感じます。マスクを時々外したり、こまめに水分を取ったりするなどして、元気に夏を乗り切りましょう。



## 2日(金) 子育て講演会

演題「その子らしさを引き出す子育て」

～親子でホッとできる子育てを考えてみませんか～

毎回好評いただいている子育て講演会。今回の講演会では、0～3歳くらいまでの子どもたちの育ちで大切にしていきたいこと等についてお話していただきます。子育てで困っているお母さん、子育てが楽しいと思ってお母さん等、いろいろいらっしゃるかと思いますが、どんなお母さんも、改めて子育てについて知ったり、考えたりする機会になるかと思えます。人数に制限があります。お早めにご予約ください。

講師 福元 巧氏

地域活動支援センター「ティハウスびい」所長 薩摩川内市発達相談員ほか県内各地にて発達相談、発達講座のほか、保健師・保育士研修等の講師を務める。5人のパパでもあります。

場所 まごし館(保健センター・集団指導室2)

予約 12組程度(6月25日(金)まで)

※お子さんは、託児になります。心配な方はご相談ください。

## 七夕製作

各ひろばで七夕飾りを作ります。どんな願いを短冊に書こうか楽しみにしながらお越しくださいね。

- 日時: 7月6日(火) ひよこひろば②
- 7日(水) こっこひろば
- 8日(木) びよびよひろば
- 9日(金) ひよこひろば①

※各ひろばが実施される場所は右の予定表にてご確認ください。材料準備の為、早めの予約【1日(木)まで】となります。

※当日は油性ペンやのりを使うこともあります。親子共に汚れてもよい服装でお越しください。

## お問い合わせ・予約先

伊佐市菱刈子育て支援センター(まごし館内)  
〒895-2701鹿児島県伊佐市菱刈前目711-1  
☎ 0995-26-2882 (携帯)090-8399-1278  
(FAX)26-2890

パソコン E-mail: mom-saloon@po4.synapse.ne.jp  
開所時間: 月曜日～土曜日 8:30～17:15(日・祝日は休み)  
育児相談(来所、電話、メール)は随時行っております。  
\*それぞれの活動で不明な点は、お気軽にお尋ねください。

## 15日(木)「おっぱいケア講座」

母乳は足りているかな…断乳の仕方が分からないなど、不安に思っていることを何でも聞くことができます。また、個別のケアもあります。

対象: 妊婦さん～生後12ヵ月頃までのお子さんをお持ちのママ

講師: 永山 洋子氏(助産師)

持ってくる物: フェイスタオル(母乳ケア用)

要予約: 8組程度(先着順) 8日(木)まで

## 31日(土) マタニティヨガ

妊婦さんだけのひろばです。赤ちゃん和妈妈のための素敵な時間をすごしませんか。

対象: 妊娠15週以降の妊婦

講師: 西川 純子氏(助産師) 場所: まごし館

時間: 10:00～11:30

持参するもの: 飲み物・汗拭きタオル・母子手帳

※マタニティヨガをする前にこちらでも赤ちゃんの心音等を確認し、安心した状態で行います。

●かかりつけ医の承諾を必ず得てからの参加をお願いします。また、兄弟児の託児が必要な方は予約される時にお知らせください。

## ふれあいひろば

～保育園・認定こども園で遊んでみよう～

保育園・認定こども園に子育て支援センタースタッフと一緒に、0歳児クラスを体験してみませんか?  
※ふれあいひろばは、毎月実施園が変わります。(原則、1人1回1園のみの参加)第1子の申込を優先します。

日時: 7月16日(金) 10時～12時

対象児: 生後4か月から1歳まで 1組

場所: 認定こども園慈光保育園

料金: 給食代200円 申込: まむさるーんまで

日時: 7月21日(水) 10時～12時

対象児: 生後4か月から1歳まで 2組

場所: 羽月保育園

料金: 給食代200円 申込: ルピナスまで

予定表にて、ひろばが行われる会場をご確認ください。全ひろば予約制です。



# 7月の予定



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					子育て講演会 要予約25日(金)まで まごし館	
4	5	6♥	7	8♥	9♥	10
		ひよこひろば② (1.6歳児頃～対象) 「七夕製作」 要予約1日(木)まで 田中校区集会施設 ★4か月児健診	こっこひろば 「七夕製作」 要予約1日(木)まで まごし館	びよびよひろば 「七夕製作」 要予約1日(木)まで 田中校区集会施設	ひよこひろば① (1～1.5歳児頃～対象) 「七夕製作」 要予約1日(木)まで 田中校区集会施設	
	<b>おもちゃを作ってあそんだよ</b>					
11	12	13	14♥	15♥	16	17
		育児サークル 「O'hana」 ホットルーム ☆育児相談	あかちゃんひろば 「はいはいコーナー あかちゃん体操」 要予約12日(月)まで e-Ga なんちゅう	たまごひろば 「おっぱいケア講座」 要予約8日(木)まで 田中校区集会施設	ふれあいひろば 「慈光保育園」 要予約9日(金)まで	
18	19	20	21	22	23	24
	誕生会 要予約12日(月)まで まごし館	こっこひろば 要予約17日(土)まで まごし館 ★母親学級(前期)	びよびよひろば 「わらべうた マッサージ」 要予約19日(月)まで 田中校区集会施設	ふれあいひろば 羽月保育園 海の日	スポーツの日	
25	26	27	28	29♥	30	31
	☆11.ヵ月児育児相談	☆母親学級(後期)	あかちゃんひろば 「あかちゃん マッサージ」 要予約26日(月)まで まごし館	ひよこひろば 要予約27日(火)まで 田中校区集会施設		マタニティヨガ 要予約24日(土)まで まごし館

あかちゃんひろばの対象は次のようになっています。あかちゃんマッサージ(寝返りが始まるくらいまで)、あかちゃん体操(首が座る～はいはいが始まるくらいまで)、はいはいコーナー(ずりばいやはいはい、独り歩きを始めた頃～1歳になるまで)



**大事なお知らせ** 新型コロナウイルス・災害注意報等、様々な事情で計画に変更が出る可能性があります。変更がある際は、下記のInstagram・母子モ・子育てマップを利用してお伝え致します。

- 各ひろばの対象は次のようになっています。びよびよひろば(0歳児)、ひよこひろば①(1.0歳～1.5歳児頃)、ひよこひろば②(1.6～1.11歳児頃)、ひよこひろば(1歳児)、こっこひろば(2歳児～)、たまごひろば(妊婦・5か月までのお子さんをおもちの方)、マタニティヨガ(妊婦)
- 0歳児: 赤ちゃんを寝かせる時に敷くバスタオルをご持参ください。
- 感染予防のため、オムツ替えシートをご持参ください。
- 誕生会は、お誕生月でなくても参加出来ます。
- 各ひろばは受付を9:45～開始します。活動時間は、10:00～11:30までとなります。  
♥出張ひろばは、9:00～14:00まで相談ができます。
- 育児サークル支援を行っています。
- ★の日は、保健センター事業に出向いています。不在になる事があります。ご了承ください。
- 活動時には、水筒・着替え・靴・帽子、必要な方はベビーカー等ご持参ください。おやつはご遠慮ください。
- 活動の入っていない日は、ホットルームを開放します。事前にお問い合わせください。
- ホットルームにて、絵本の貸し出しを行っています。(貸出期間: 2週間以内で5冊まで)
- 「☆育児相談」は、保健師・栄養士・歯科衛生士による育児相談です。要予約となりますのでこども課(0995-23-1328)まで予約をお願いします。
- 右記のネットを利用して、伊佐市の子育て情報等も提供しています。まむさるーんだよりも掲載しています。また、まむさるーんだよりは、タイヨー、Aコープ(菱刈店)、伊佐市役所、いきがいセンター、ルピナス、まごし館に置いてあります。

