



まむ さるーんだより

2023

朝晩が少しずつ涼しくなり、秋を感じるようになってきました。日中も過ごしやすくなってくると、散歩に出かけ、落ち葉、柿、どんぐり、栗、キンモクセイの香りなど、秋の自然を見つけるのもいいですね。

また、気温差が大きくなるこの時期、体調を崩しやすくなりますので、お子さんの体調の変化には十分気を付けてお過ごしください。

運動会ごっこ

各ひろばで「運動会ごっこ」をします。本格的な運動会ではありませんが、少しでも運動会気分を味わいませんか？ 大人も動きやすい服装でお越しください。



準備するもの：水筒・汗ふきタオル

汗をかいたとき用の着替え

第10回伊佐こどもまつり

家族であそぼう！ケロボンズコンサート

日程：10月8日（日）伊佐市文化会館

開場：12:00～ 開演：13:00～14:30

※完全予約制

入場料：伊佐市在住 無料

伊佐市外の方 一人につき500円

※3歳未満は、膝上鑑賞となります

予約は伊佐市在住の方は9/29まで、

市外の方は10/2より開始します

お申し込みは、各支援センターまで

ルピナス ☎23-5080

まむさるーん ☎26-2882

今年はケロボンズが伊佐に来ます！

親子で楽しみましょう



がらっぱ公園であそぼう

涼しくなってきましたので、ひよこ・こっこひろばで公園遊びを計画しました。みんなで一緒に遊びましょう。汚れても良い服でお越しください。

集合場所・時刻：がらっぱ公園（10:00）

準備物：靴・帽子・水筒・汗ふきタオル・着替え

その他各自必要な物

※兄弟児はベビーカーまたは

抱っこひもの用意をお願いします。

※雨天時はまごし館の室内で遊びます。



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。

26日(木) たまごひろば「ママのための骨盤体操」

※年間予定では12日(木) 田中校区集会施設で行うことになっていましたが、26日(木) まごし館に変更になりました

ママにとって大切な骨盤をケアしませんか？

お子さんは託児します。

対象：妊婦さん～生後5か月頃までの

お子さんをおもちのママ

講師：大村 祥恵氏(助産師)

場所：まごし館

時間：10:00～11:30(受付：9:45～)

持ってくる物：フェイスタオル・バスタオル

予約制：10組程度



14日(土) マタニティヨガ

妊婦さんだけのひろばです。同じ妊婦さんと一緒に気持ちのよい汗を流しませんか。

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。



親子の絆づくりプログラム

「赤ちゃんがきた！」(愛称：BP1)

BPでは、初めて赤ちゃんを育てているお母さん方が集まります。聞きたいことを聞いて普段の育児に役立てたり、友だち作りのいい機会になったりしていますので、ぜひご参加ください。(母子同室となっています)

日時：10月6日(金)・13日(金)・20日(金)

27日(金)(全4回シリーズ)

各日10:00～12:00

場所：田中校区集会施設

対象：生後2か月～5か月迄の第一子をおもちの母子

参加費：無料

*テキスト代：1000円(税込)

定員：10組程度

※予約制になります。2日(月)迄にご予約ください。



10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4♥	5	6♥	7
ケロボンズ コンサート	ズレバノクス! 	こっこひろば 「外あそび」 予約9/30日(土)まで 集合まごし館 ★4か月児健診	あかちゃんひろば 「赤ちゃん体操 はいはいコーナー」 予約2日(月)まで e-Ga なんちゅう	ひよこひろば 「外あそび」 予約3日(火)まで 集合ホッとするルーム	BP1プログラム 田中校区集会施設	
8 伊佐 こども まつり	9 スポーツの日	10 	11 育児サークル 「o'hana」 ホッとするルーム ☆育児相談	12 	13♥ BP1プログラム 田中校区集会施設	14 マタニティ ヨガ 要予約7日 (土)まで まごし館
15	16♥ ひよこひろば 「がらっぱ公園 であそぼう」 予約13日(金)まで 集合がらっぱ公園	17♥ こっこひろば 「がらっぱ公園で あそぼう」 予約13日(金)まで 集合がらっぱ公園 ★母親学級(前期)	18 あかちゃんひろば 「赤ちゃん マッサージ」 予約16日(月)まで まごし館	19 	20♥ BP1プログラム 田中校区集会施設	21
22	23 ☆11か月児育児相談	24 びよびよひろば 「運動会ごっこ」 予約17日(火)まで まごし館 ☆母親学級(後期)	25 ひよこ・こっこひろば 「運動会ごっこ」 予約17日(火)まで まごし館	26 たまごひろば 「骨盤体操」 要予約19日(木)まで まごし館	27♥ BP1プログラム 田中校区集会施設	28
29	30 誕生会 要予約23日(月)まで ホッとするルーム	31 びよびよひろば 予約28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)、赤ちゃん体操(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①(0歳児)、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、ホッとするルームを開放します。事前にお問い合わせください。
- ホッとするルームにて、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。

母子モ



Instagram

