



# まむ さるーんだより

2023

梅雨明けが待ち遠しいこの頃ですね。梅雨が明けると本格的に暑くなります。これから先、熱中症予防に気をつけましょう。こまめに水分を取ったりするなどしてくださいね。元気に夏を乗り切りましょう。

**8日(土) マタニティヨガ**  
 妊婦さんだけのひろばです。赤ちゃんとお母さん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。

**11日(火) ひよこ2・こっこひろば**  
**「湧水丸池で水遊び」**  
 夏真っ盛りの暑い日に、水の冷たさや川の生き物を見るなど、自然体験を楽しみましょう♪  
**時間:** 10:00~12:00 ※現地集合、現地解散  
**場所:** 湧水町丸池公園  
 ※雨天時はまごし館で遊びます。  
**持ってくるもの:** 着替え、タオル、水着、水着の上に着る上着、水遊び用かみパンツ、帽子、脱げにくいサンダルまたは靴、ビニール袋、水筒、日焼け止め(必要な人)など

ひろばの様子



**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。

**20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) 13日(木)まで**

**ふれあいひろば**  
 ~保育園・認定こども園で遊んでみよう~のご案内  
 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、保育園の雰囲気や体験できる機会があります。興味のある方、参加されたい方などお問い合わせください。  
**日時:** 7月12日(水) 10:00~11:30  
**場所:** 湯之尾保育園 予約: 先着3組  
**日時:** 8月1日(火) 10:00~11:30  
**場所:** 認定こども園慈光保育園 予約: 先着2組

※対象児は生後4ヵ月頃~1歳頃  
 ※給食の提供がある場合は、給食費がかかります。  
 ※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。  
**◎お問い合わせ・予約は菱刈子育て支援センターまむさるーん(0995-26-2882)まで**  
 12日(水) あゆみ未来こども園  
 13日(木) 大口さくらこども園  
 26日(水) みどり認定こども園  
 上の3園のふれあいひろばについては、大口子育て支援センタールピナス(0995-23-5080)まで詳細はお問い合わせください。



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

1日(土)
-------

日	月	火	水	木	金	土
2	3♥ びよびよひろば② (7~11ヵ月頃児対象) 「七夕製作」 予約6/28日(水)まで 田中校区集会施設	4ひよこ②・こっこひろば (1.10歳児頃~) 「七夕製作」 予約6/28日(水)まで ホッとルーム ★4ヵ月児健診	5♥ 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3日(月)まで e-Ga なんちゅう	6 びよびよひろば① (~6ヵ月頃児対象) 「七夕製作」 予約6/28日(水)まで ホッとルーム	7 7日(金)に予定しておりましたグイひよこ②・こっこひろばの「七夕製作」は4日(火)に変更になりました。ご了承ください。	8 マタニティヨガ 要予約1日(土)まで まごし館
9	10 ひよこひろば① (1.0~1.9歳児) 「七夕製作」 予約6/28日(水)まで まごし館	11♥ひよこ②・こっこひろば (1.10歳児頃~) 「丸池で水遊び」 予約10日(月)まで 集合 湧水町丸池 ★4ヵ月児健診	12 ふれあいひろば 湯之尾保育園 ☆育児相談	13 びよびよひろば① (~6ヵ月頃児対象) 予約11日(火)まで ホッとルーム	14 	15
16	17 海の日	18 育児サークル 「O'hana」 ホッとルーム ☆母親学級(前期)	19 あかちゃんひろば 「あかちゃん マッサージ」 要予約15日(土)まで まごし館	20♥ たまごひろば 「おっぱいケア講座」 要予約13日(木)まで 田中校区集会施設	21	22
23	24♥ ひよこひろば① (1.0~1.9歳児) 予約21日(金)まで 田中校区集会施設 ☆11.ヵ月児育児相談	25ひよこ②・こっこひろば (1.10歳児頃~) 予約22日(土)まで まごし館 ★母親学級(後期)	26 	27 	28 びよびよひろば② (7~11ヵ月頃児対象) 予約26日(水)まで まごし館(社協側)	29
30	31 誕生会 予約24日(月)まで まごし館	8/1 ふれあいひろば 認定こども園 慈光保育園	<b>大事なお知らせ</b> 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。			

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(すりばいやはいはい、独り歩きを始めた頃~1歳になるまで)

- 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(6ヵ月頃まで)、びよびよひろば②(7~11ヵ月頃)、ひよこひろば①(1.0~1.9歳児)、ひよこ②・こっこひろば(1.10歳児頃~)、たまごひろば(妊婦・5ヵ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、ルピナス、まごし館に置いてあります。

