



# まむ さるーんだより

2024

## あけましておめでとうございます

今年も皆さんにとって笑顔いっぱいの素敵な一年になりますように、スタッフ一同、心新たに、元気に頑張りたいと思います。本年もよろしくお祈り致します。

今年も、各ひろばで楽しいあそびを計画していきます。いっぱい遊みましょうね。

### 親子でお正月あそびを楽しもう！！

1月は、各ひろばでお正月にちなんだ製作やあそびを計画していますので、ぜひ遊びに来てくださいね。

☆**凧製作**☆ 16日(火) こっこひろば

☆**こま製作**☆

- 11日(木) ひよこひろば
- 12日(金) ぴよぴよひろば①
- 15日(月) ぴよぴよひろば②



※製作では、油性ペンを使いますので、汚れても良い服装でお越しください。

※凧製作の後、天気の良い時には外で凧あげをしますので防寒着・兄弟児のいる方はベビーカーまたは抱っこ紐の準備をお願いします。

### 節分あそび

各ひろばで、節分にちなんだ製作やあそびを計画しています。製作では、油性ペンを使うこともありますので、親子共に汚れてもよい服装でお越しください。

- 30日(火) こっこひろば
- 31日(水) ひよこひろば

※ぴよぴよひろばは2月にあります。

2月1日(木) ぴよぴよひろば



### 22日(月) ひよこ・こっこひろば「体操を楽しもう」

タートルスポーツクラブの先生が講師で来てくださいます。



親子でできる体操を楽しみませんか？

講師：塚元 貴士 先生(つかもと きし)

(日本体育大学出身、器械体操専門、インターハイ・国体出場・全日本種目別選手権跳馬3位等)

### 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。

### 19日(金) ママヨガ・マタニティヨガ

気持ちの良いヨガをして、体をリフレッシュしてみませんか。

対象：妊婦さん・生後5か月頃までのお子さんをお持ちのママ

講師：西川純子氏(助産師)

場所：まごし館 ※場所が変更になりました

準備物：汗拭きタオルと飲み物(保護者用)

母子手帳(妊婦さんのみ)

赤ちゃんが寝た時にかけるもの

寝かせるときに敷くバスタオル



※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。

●妊婦さんはかかりつけ医の承諾を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)

同じ時期の赤ちゃんをお持ちのお母さんと一緒に、安全で安心できる雰囲気の中、お互いの育児の喜びや困りごと、関わり方について聞いてみたいことなどをお母さん同士で話し合いながら、色々な方法を考えていきます！きっとママ友作りの良い機会になると思いますよ。母子同室で安心です。興味のある方は上記記載の菱刈子育てセンターまでご連絡をお願いいたします。

日時：1月26日(金)・2月2日(金)

2月9日(金)・2月16日(金)(全4回シリーズ)

場所：まごし館

時間：10:00～12:00

対象：生後2か月～5か月迄の第一子をお持ちの母子

受講料：無料\*テキスト代1000円(税込) ※貸出もできます

定員：10名程度

※予約制になります。1月19日(金)までに御予約ください。

各ひろばが行なわれる場所・予約締切日は予定表にてご確認ください。



# 1月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1 元日	2 正月休み	3	4 仕事始め	5 ぴよぴよひろば まごし館	6
7	8 成人の日	9 ★4か月児健診	10♥ あかちゃんひろば 「あかちゃんたいそう」 「はいはいコーナー」 予約9日(火)まで e-Ga なんちゅう	11♥ ひよこひろば 「こま製作 正月あそび」 予約9日(火)まで 田中校区集会施設	12 ぴよぴよひろば① (～6か月児頃対象) 「こま製作 正月あそび」 予約10日(水)まで まごし館	13
14	15♥ ぴよぴよひろば② (7～11か月児頃まで) 「こま製作 正月あそび」 予約12日(金)まで 田中校区集会施設	16 こっこひろば 「凧製作・凧あげ」 予約12日(金)まで まごし館 ★母親学級(前期)	17 育児サークル O'hana ホッとルーム ★育児相談	18 	19 たまごひろば 「ママヨガ・ マタニティヨガ」 予約12日(金)まで まごし館	20
21	22 ひよこ・こっこ ひろば 「体操を楽しもう」 予約15日(月)まで まごし館	23	24 あかちゃんひろば 「赤ちゃん マッサージ」 予約22日(月)まで まごし館	25♥ 誕生会 予約18日(木)まで 田中校区集会施設	26 BPプログラム1 まごし館	27
28	29 ★11か月児育児相談	30 こっこひろば 「節分遊び」 予約26日(金)まで まごし館	31 ひよこひろば 「節分遊び」 予約29日(月)まで まごし館	2/1 ぴよぴよひろば 「節分あそび」 予約1/30(火)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・母子モにてお伝えします。

- 各ひろばの対象は次のようになっています。ぴよぴよひろば(0歳児)、ぴよぴよひろば①(～6か月児頃まで)・ぴよぴよひろば②(7～11か月児頃まで)、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持ちの方)、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。6. 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、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

