



# まむ さるーんだより

2024



予定表にてひろばが行われる日にち・会場をご確認ください。全ひろば予約制です。



## 3月の予定



まだまだ寒い日が続いていますが、ぽかぽか陽気に包まれる日も増え始め、木々のつぼみも膨らんで春の訪れを感じさせます。

3月は別れの寂しさ、新年度に向けての期待や不安等いろいろな思いがめぐりますね。今年度、あと少しではありますが、最後に親子のたくさんの楽しい思い出をつくってくださいね。

**9日(土) マタニティヨガ 10:00~11:30**  
妊婦さんだけのひろばです。リフレッシュしませんか。  
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  
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。

**12日(火) こっこのお別れ会**  
こっこひろばを、今年で卒業するお友だちのお別れ会をします。お別れ会準備のため、予約の締め切り日が3月28日(水)となっております。早めの予約をお願い致します。  
場所：まごし館  
時間：10:00~11:30

**親子の絆づくりプログラム**  
'きょうだいが生まれた！'(愛称：BP2)  
きょうだいを育てている同じ時期の赤ちゃんを持ったお母さんと一緒に、育児の喜びや心配事、関わり方について聞いたり、話したりしてみませんか。  
日程：令和6年4月12日(金).19日(金).26日(金).  
5月2日(木).10日(金)連続5回  
時間：午前10:00~12:00(後半20分は交流タイム)  
場所：まごし館  
対象：第2子以降の2か月~8か月の赤ちゃんとお母様(母子同室となります)  
☆令和5年8月~令和6年2月生まれの方のお子さんの一時保育もあります。ご相談ください。  
参加費：無料 テキスト代：1,000円  
定員：10組程度  
(要予約：3月29日まで)

**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。

**22日(金) なかよしひろば「がらっぱ公園で遊ぼう」**  
がらっぱ公園を歩いて気持ちのよい風を感じたり、遊具で楽しくあそんだりしませんか?  
対象：全てのひろばの親子  
場所：がらっぱ公園(現地集合)10:00~11:30  
※雨天時は湯之尾校区集会施設で遊ばす  
持参するもの：汚れた時の着替え・汗拭きタオル・防寒着・兄弟児がいる方はベビーカーまたは抱っこ紐・水筒

**子ども服リサイクル品無料提供日**  
これまでにいただいた子ども服等リサイクル品を無料で提供いたします。下記の期間・時間にお越しただき、ご自由に必要なだけお取りください。だれでもお持ち帰りいただけます。新生児~100までのサイズの子ども服が主にあります。数に限りがありますので、欲しいサイズの服がある方は早めにおいでください。  
日時：3月25日(月)~3月29日(金)  
時間：9:00~16:00  
※服を持ち帰るバック等の準備をお願いします。

**21日(木) たまごひろば「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~1歳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)  
時間：10:00~11:30(受付：9:45~)  
場所：湯之尾校区集会施設  
持ってくる物：フェイスタオル  
※10組程度の予約を受け付けます。先着順です。  
★一年間の大切な思い出としてご記入いただいたお帳面を返却いたします。3月の活動に参加出来ない方も、是非取りにいらしてください。

日	月	火	水	木	金	土
		今年度も、たくさんの親子がまむさるーんに遊びにきてくださいました。ありがとうございました。たくさん子どもさんたちの成長を保護者の方と一緒に見守り、喜ぶことができ、今年度もスタッフ一同本当に楽しかったです。4月からそれぞれに新しいスタートがあるかと思ひます。これからのみなさんを心から応援しています。			1♥ ぴよぴよひろば① 「ひなまつり製作」 予約2/28(水)まで 田中校区集会施設	2
3	4♥ ひよこひろば 「ひなまつり製作」 予約1(金)まで 田中校区集会施設	5♥ こっこひろば 「ひなまつり製作」 予約1日(金)まで 田中校区集会施設 ★4か月児健診	6♥ あかちゃんひろば 「赤ちゃん体操・はいはいコーナー」 予約4日(月)まで e-Gaなんちゅう	7 	8 ぴよぴよひろば② 「ひなまつり製作」 予約6日(水)まで まごし館	9 マタニティヨガ 要予約2日(土)まで まごし館
10	11 ひよこひろば 予約7日(木)まで まごし館	12 こっこのお別れ会 予約2/28(水)まで まごし館	13 あかちゃんひろば 「赤ちゃんマッサージ」 予約11日(月)まで まごし館	14♥ ぴよぴよひろば 予約12日(火)まで 湯之尾校区集会施設	15 	16 
17	18 誕生会 要予約11日(月)まで まごし館	19 育児サークル O'hana ホットルーム ★母親学級(前期) ☆育児相談	20 春分の日 	21♥ たまごひろば 「おっぱいケア講座」 予約14日(木)まで 湯之尾校区集会施設	22♥ なかよしひろば 「がらっぱ公園で遊ぼう」 予約19日(火)まで 集合 がらっぱ公園	23
24 / 31	25 ★11か月児健康相談	26 ☆母親学級(後期)	27	28	29	30

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(すべりばいはいはい、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、随時子育てマップ(右下のバーコード・アドレスをご覧ください)・まむさるーん Instagramにてお知らせします。お電話での問い合わせもできます。

- 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①(~6か月児頃)、ぴよぴよひろば②(7~11か月児頃)、ぴよぴよひろば(0歳児)、ひよこひろば(1歳児)、こっこひろば(2歳児~)、なかよしひろば(異年齢児)・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。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。

