



# まむ さるーんだより

2024

残暑が厳しい日が続く、涼しくなる時期が待ち遠しいですね。9月に入ると、食べ物おいしい季節となり、子どもたちの食欲も増すのではないのでしょうか。秋の実りをよりおいしくいただくために「よく噛んで食べる」「色々な食材をバランスよくとる」ことを心掛けて、秋の味覚を楽しんでください。

## 敬老の日

お世話になっているおじいちゃん、おばあちゃんに感謝の気持ちを込めて、各ひろばでプレゼント作りをします。各家庭2つ(両家の祖父母の分)までは作成できます。各ひろばの実施日は右の予定表にて確認下さい。

持ってくる物  
各プレゼントにつき、写真1~2枚度  
(2つ作られる方は2~4枚程度)



## 12日(木) たまごひろば「おっぱいケア講座」

「母乳は足りているのかな」等、今のおっぱいの状況を知り、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6ヵ月頃までのお子さんのママ  
(生後7ヵ月以降のお子さんのママはお困りに応じて対応しますのでご相談ください)

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) 5日(木)まで

## 20日(金) たまごひろば 「ママヨガ・マタニティヨガ」

産前産後の体をリフレッシュしてみませんか。ヨガの間はお子さまを託児いたします。

対象：妊婦さん~生後5ヵ月頃までのお子さんのママ

講師：西川純子氏(助産師)

場所：田中校区集会施設

準備物：汗拭きタオルと飲み物(保護者用)



赤ちゃんが寝た時にかけるもの。

※妊婦さんは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が、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。

予約：10組程度 13日(金)まで

(すぐに予約が埋まりますので早めの予約をお願い致します。)

## 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。

## 25日(水) なかよし運動会

お友だちと走ったり、親子で体を動かしたりして、スポーツの秋を楽しみませんか。

対象：0歳~ 時間：10:00~11:30

場所：田中校区集会施設・多目的ホール

※動きやすい服装でお越しください。

予約：11日(水)まで



## 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4日(金)・11日(金)・18日(金)

25日(金)(全4回シリーズ)

各日10:00~12:00

場所：まごし館

対象：生後2ヵ月~5ヵ月迄の第一子をお持ちの母子  
参加費：無料 \*テキスト代1000円(税込)のみ必要  
定員：10組程度

※予約制です。9/27日(金)迄にご予約ください。



## ふれあいひろば

~保育園・認定こども園で遊んでみよう~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。

○日時：9月10日(火) 10:00~11:30

場所：明德寺森のこども園

○日時：9月19日(木) 10:00~11:30

場所：大口幼稚園

◎お問い合わせ・予約は大口子育て支援センター  
ルピナス(0995-23-5080)まで

○日時：9月3日(火) 10:00~11:30

場所：田中認定こども園

◎お問い合わせ・予約は菱刈子育て支援センターまで

※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。

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。



# 9月の予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2♥ ひよこひろば 「敬老の日製作」 予約8/30日(金)まで 田中校区集会施設	3 ふれあいひろば 田中認定こども園 ★4ヵ月児健診	4♥ あかちゃんひろば 「はいはいコーナー・ 赤ちゃん体操」 予約2日(月)まで e-Ga なんちゅう	5 	6♥ ぴよぴよひろば① (~6ヵ月児頃対象) 「敬老の日製作」 予約4日(水)まで 田中校区集会施設	7 
8	9 ぴよぴよひろば② (7~11ヵ月頃児対象) 「敬老の日製作」 予約6日(金)まで まごし館	10 こっこひろば 「敬老の日製作」 予約7日(土)まで まごし館 ふれあいひろば 明德寺森のこども園	11  ☆育児相談	12♥ たまごひろば 「おっぱいケア」 予約5日(木)まで 田中校区集会施設	13 ひよこひろば 予約11日(水)まで まごし館	14
15	16  敬老の日	17 こっこひろば 予約13日(金)まで まごし館 ★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17日(火)まで まごし館	19 ふれあいひろば 大口幼稚園	20♥ たまごひろば 「ママヨガ・ マタニティヨガ」 予約13日(金)まで 田中校区集会施設	21 
22	23  秋分の日 振替休日。	24☆母親学級(後期) ☆運動会準備の為 ホッとするルーム開放 はお休みいたします	25♥ なかよし運動会 予約11日(水)まで 田中校区集会施設	26 育児サークル O'hana ホッとするルーム	27♥ 誕生会 予約20日(金)まで 田中校区集会施設	28
29	30 ☆11ヵ月児育児相談					

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)

## お知らせ

感染症・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、右記の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。ぴよぴよひろば(0歳児)、ぴよぴよひろば①(~6ヵ月児頃まで)、ぴよぴよひろば②(7~11ヵ月児頃まで)、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(支援センター利用されている方)・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時間帯は、ホッとするルームを開放することができます。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。受付は10:00~11:00です。
- 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

