



# まむ さるーんだより

2024

秋の深まりとともに朝晩の風が冷たく感じられるようになりました。赤や黄色の落ち葉を見たり、ふかふかの落ち葉のじゅうたんの上を歩いて音を楽しんだりして、秋の自然を親子で楽しんでみてくださいね。またこの時期は、寒くなってくると厚着にしがちです。動きの妨げにもなりますので、寒い朝だけ暖かい服装にして、日中は活動しやすい服装にしてあげるといいですね。

## 5日(火) こっこひろば「砂遊び」

昼間は、涼しくなり過ごしやすくなってきました。砂遊びを楽しみませんか。  
場所：旧慈光保育園（勝蓮寺児童クラブ）  
持ってくる物：帽子・水筒・防寒着  
※雨天時は、中止になります。



## 9日(土) マタニティヨガ

妊婦さんだけのひろばです。ヨガで体も心も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  
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。  
要予約 2日(土)まで

## 14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～生後12か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）  
時間：10:00～11:30（受付：9:45～）  
場所：田中校区集会施設  
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） 9日(木)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。

## 15日(金) 歯科講習会 「子どものお口を育てる」

「子どもの歯を大切にしていきたい」「むし歯を防ぎたい」という親の願いがあっても、どのように虫歯予防をすればいいのかな、歯磨きを嫌がってさせてくれないなど、歯に関する悩みはたくさんあるのではないのでしょうか。

むし歯にならないために、日頃の生活習慣でできることや、歯磨き粉などに入っている「フッ素」の役割や選び方などについて講話をしていただきます。また、しっかり噛むための「お口の機能を育てる」ことについても教えてください。歯や歯磨きに関する悩みなど相談することもできますので、ぜひ参加ください。

場所：田中校区集会施設  
講師：馬門 豊子 氏（歯科衛生士）  
時間：10:00～11:30  
(受付9:45～)



## 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  
子育て支援センタースタッフと一緒に、保育園・認定こども園で体験してみませんか？

日時： 7日(水) 羽月保育園  
28日(木) 山野保育園  
対象児：4か月～12か月児  
詳細・申込：ルピナス ☎0995-23-5080



日時： 13日(水) 慈光保育園  
対象児：4か月～12か月児  
詳細・申込：まむさるーん ☎0995-26-2882

## 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も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、話したりしませんか？興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

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。



# 11月の予定



日	月	火	水	木	金	土
					1 びよびよひろば① 「わらべうた マッサージ」 予約10/30日(水)まで まごし館	2
3 文化 の日	4 振替休日 	5♥ こっこひろば 「砂遊び」 予約1日(金)まで 旧慈光保育園 ☆4か月児健診	6♥ あかちゃんひろば 「あかちゃん体操 はいはいコーナー」 予約5日(火)まで e-Ga なんちゅう	7 ふれあいひろば 羽月保育園	8 ひよこひろば 「さんぽ」 予約6日(水)まで まごし館	9 マタニティ ヨガ 予約2日 (土)まで まごし館
10	11 	12 こっこひろば 「外あそび」 予約8日(金)まで まごし館	13 ふれあいひろば 慈光保育園 ☆育児相談	14♥ たまごひろば 「おっぱいケア」 予約7日(木)まで 田中校区集会施設	15♥ 歯科講習会 予約8日(金)まで 田中校区集会施設	16
17	18 BPプログラム2 まごし館	19 	20 あかちゃんひろば 「赤ちゃんマッサージ」 要予約18日(月)まで まごし館	21♥ ひよこひろば 「紙あそび」 要予約19日(火)まで 田中校区集会施設	22♥ びよびよひろば② 「オーガンジー 布あそび」 予約20日(水)まで まごし館	23 勤労感謝 の日
24	25 BPプログラム2 まごし館 ☆11か月児育児相談	26 こっこひろば 「外あそび」 予約23日(土)まで まごし館 ☆母親学級(後期)	27♥ 誕生会 予約20日(水)まで 湯尾校区集会施設	28 ふれあいひろば 山野保育園	29 育児サークル 「o'hana」 ホットルーム	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(ずりばいはいはい、独り歩きを始めた頃～1歳になるまで)

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・伊佐子育てマップ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(～6か月児頃まで)・びよびよひろば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ご了承ください。(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。

