



2026
8月

まむ さるーんだより

日差しがキラキラと輝く暑い季節がやってきました。体調をくずしやすい時期です。熱中症に注意しながらこまめな水分補給に心がけましょう。また、規則正しい生活と十分な休息・栄養を取って、暑い夏を乗りきりましょう！

8日(土) マタニティ教室 10:00~11:30

「まあいお腹を作るマタニティ体操」

逆子にならない身体づくり・マイナートラブル予防など、身体を整えます。助産師さんに相談もできます。ぜひお越しください。

対象：妊婦

講師：大村 祥恵氏(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

●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。



20日(木) たまごひろば

「赤ちゃんスヤスヤ★まん丸抱っこ講座」

赤ちゃんにとって毎日される抱っこは成長の上でも、とても大切です。赤ちゃんにとって気持ちのよい抱っこ、お母さんの体にも負担をかけない抱っことはどんな抱っこなのか学べる講座になっています。

対象：妊婦さん～生後5か月頃までの赤ちゃんをおもちのママ・家族も参加できます

講師：大村 祥恵氏(助産師)

時間：10:00~11:30(受付：9:45~)

場所：田中校区集会施設



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(火) こっこひろば(1.7歳児～)「水あそび」

テラスの下で水遊びをします。保護者の方も濡れてもいい服装でお越しください。

持ってくる物：水着(持っていない方はTシャツやスポン)

水遊び用紙パンツ・タオル・着替え等

※雨天時や気温水温が低い場合は室内で遊びます。

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：8月6日(木)
10:00~11:30
場所：慈光保育園

日時：8月31日(月)
10:00~11:30
場所：みどり認定こども園

※対象児は生後4か月頃～1歳頃

※給食の提供がある場合は、給食費がかかります。

21日(金) ひよこひろば「おもちゃ製作」

ひよこひろばでお子さんが楽

しんで遊ぶ「ぽっとんおもちゃ」

を作ります。



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。



8月の予定



1

日	月	火	水	木	金	土
2	3 ひよこひろば 「体を使って あそぼう」 予約7/31日(金)まで まごし館	4 ★4か月児健診	5♥ あかちゃんひろば 「赤ちゃんマッサージ・ 赤ちゃん体操」 予約3日(月)まで ルビナス	6 ふれあいひろば 「慈光保育園」 予約7/30(木)まで	7 こっこひろば 「体を使って あそぼう」 予約5日(水)まで まごし館	8 マタニティ教室 要予約1日(土)まで まごし館
9	10 びよびよひろば①② 「ウォーターマット あそび」 予約7日(金)まで まごし館	11 山の日 	12 育児サークル Ohana ホッとルーム ★育児相談	13 	14 お盆休み 	15
16	17 誕生会 予約10日(月)まで まごし館	18 ★母親学級(前期)	19 あかちゃんひろば 「赤ちゃんマッサージ・ 赤ちゃん体操」 予約17日(月)まで まごし館	20♥ たまごひろば 「まん丸抱っこ講座」 予約13日(木)まで 田中校区集会施設	21♥ ひよこひろば 「おもちゃ製作」 予約日19日(水)まで 田中校区集会施設	22
23	24♥ びよびよひろば② 「風船あそび」 (7か月～11か月児頃) 予約26日(火)まで 田中校区集会施設 ★11か月児育児相談	25 こっこひろば (1.7歳児～) 「水あそび」 予約22日(土)まで まごし館 ★母親学級(後期)	26 	27♥ びよびよひろば① 「ゆらゆら遊び」 (～6か月児頃まで) 予約25日(火)まで 田中校区集会施設	28 	29
30	31 ふれあいひろば 「みどり認定 こども園」	10日(月)と25日(火)のウォーターマットあそびと水遊びには中高校学生ボランティアが参加する予定です。				

- 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)、マタニティ教室(妊婦)、なかよしひろば(支援センターを利用されている方ならだれでも参加できます)・あかちゃんひろば(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) 母子モ
- 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。♥お弁当を持参されたら昼食をとることができます。
- 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。
- 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、ルビナス、まごし館に置いてあります。
- 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、Instagram・母子モを利用してお伝え致します。



Instagram



マタニティ教室



7月のひろばの様子



七夕製作



救命救急講座



丸池 水あそび



収穫野菜でヒザつくり

