

# すくすく通信



夏が近づくこの季節。すくすくルームの子どもたちも汗をかきながら元気いっぱい。暑さなんてなんのその！暑い時期には特に水分補給が大事になってきます。水かお茶で、こまめに水分補給をしていきましょう。

ジュースやスポーツドリンクのちょこちょこ飲みは、虫歯の原因や、糖分の摂りすぎになってしまいますので、注意したいですね！授乳期の赤ちゃんも大人や子どもと同様に喉が渇きます。授乳の時間にとらわれず、水分補給させてあげましょうね。夏祭りや楽しいイベントが増えてくる、この時期。岩手の夏は短い…(´▽`) 親子の思い出たくさん作ってくださいね！

【第5号】

平成28年8月号

NPO法人こそだてシップ



## すくすくルームはこんなところ

### あそび

プレイルームは畳敷き。  
のびのびハイハイ、ごろんごろんも出来るよ。

### 相談

チョット心配、不安・・・  
でも病院までは・・・そんな子育ての  
悩みを、スタッフがお受けします。

### 交流 ・ 学び

いろいろなママたちとの、  
こそだてトークも楽しいですよ。

### 情報

子育て情報のご案内どころ、  
チラシはご自由にどうぞ。

## すくすくルームからのお知らせ

- 5月31日、岩手県議会ふるさと創生・人口減少調査特別委員会の12名の議員さん方が「すくすくルーム」を視察し調査されていきました。よりよい町づくり・子育て環境になるよう、期待したいですね。
- 6月18日、「平成28年度NPO法人こそだてシップ総会」が終了しました。今年度も明るく楽しく健全に、地域の子育て支援を推進いたします。
- 「すくすくルーム」では、ママも子どもも楽チンな「おんぶと抱っこ」の練習ができます。スタッフにお気軽にお声がけ下さい。  
(おんぶ紐は用意してあります)
- 8月21日(日) 10:30~11:30分・第5回子育てスクール。  
子育ては妊娠期からスタート！妊婦さん方お集まりください。  
すくすくルームで助産師がお待ちしております。



# 8月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
	① お手てでお話 しましょう 11:00～	2	3 おやすみ	④ おはなしころりん 読み聞かせ 11:00～	5	6
7	⑧ ★ 歯の日 10:30～ ※歯ブラシを ご持参ください	9 午前のみ開館 午後お休み	10 おやすみ	11	⑫ ♡ ママサロン	13
14 お盆やすみ	⑮ お手てでお話 しましょう 11:00～	⑯ 保健師 すくすく相談 10:00～12:00	17 おやすみ	18	19	20
21 第5回 子育て スクール	⑳ お手てでお話 しましょう 11:00～	23	24 おやすみ	25 童謡 どんぶらこ 11:00～	㉒ ♡ ママサロン ..... ■ 栄養士 もぐもぐ相談 11:00～12:00	27
28 クスク ス人形劇 10:30～	㉑ お手てでお話 しましょう 11:00～	30	31 おやすみ	♡ WELCOME BABY ♡ 初の出産を控えたお母さま方に、新生児オムツなど「おめでた セット」をプレゼント中です。スタッフにお声がけください。 現品限り。元気な赤ちゃんのお誕生をお待ちしております♡		

## おいでよ！すくすくルーム

遊びに来てね



場 所	サンリア2階
対 象	妊婦さん～未就学児 ご家族でご利用いただけます！
利用時間	毎週月～日曜日（水曜日休み）10:00～16:00
利用料	無料

※「ママサロン」以外は、イベントがあっても自由にご利用できます。

- ◇ 4日——おはなしころりんの読み聞かせ。楽しい絵本の世界に酔いしれましょう。
- ◇ 8日——歯の日。むし歯予防は普段の生活から。歯のこと何でも教えてくださいよ！
- ◇ 16日——すくすく相談。保健師さんが来てくれます！個別に育児相談が可能です。
- ◇ 26日——もぐもぐ相談。栄養士さんが来てくれます！離乳食のこと聞いてみましょう。
- ◇ 毎週月曜日——お手てでお話しましょう。ママもお子さんも手話を覚えてみませんか！？

# こそだてシップのママサロンってなあに？

妊娠初期から安全で安心して子育てができるママやパパのためのサロンです。  
妊婦さん一人で参加しても大丈夫！ベテラン助産師や優しいママスタッフが  
お待ちしております。子育てにかんすること、なーんでもお気軽にお話下さい。  
妊娠したら、赤ちゃんが産まれたら、こそだてシップへ♪

- 対象** 妊婦さんから1歳までの赤ちゃんとその保護者
- 内容** 母子相談、妊婦相談・赤ちゃんの体重測定、ママへのハンドマッサージ  
その他随時、ベビーマッサージ、わらべうた遊び、絵本読み聞かせ  
季節のイベント（クリスマス会やひな祭り会等）開催
- 日時** ①《第2・4金曜日》 サンリア2階すくすくルーム  
②《第3金曜日》 陸前高田市 米崎コミュニティセンター  
10:00~15:00（出入り時間自由）
- 参加料** ①すくすくルーム 100円（おやつ・保険料込み）  
②陸前高田・米崎 200円（軽食・おやつ・保険料込み）

すくすくルーム  
サロンは軽食  
がありません

☆バスタオルまたはおくるみをご持参ください

☆イベント内容によっては予約や材料費が必要な場合もあります

## ★8月のママサロン★

日時	8月12日(金) 10:00~15:00	8月19日(金) 10:00~15:00	8月26日(金) 10:00~15:00
場所	すくすくルーム	米崎コミセン	すくすくルーム
内容	ふれあい音楽遊び お持ちの方は、抱っこひもを ご持参ください。 <small>10:30頃から</small>	ママのリフレッシュ！ ベビードانس	栄養士さんのもぐもぐ 相談(11時~12時)
参加費	100円	200円	100円
予約	不要	不要	不要

### ◆お申込・お問合せ◆ すくすくルーム

住所 〒022-0003 大船渡市盛市字町10-11 サンリア2階 TEL/FAX 0192-47-5689

メール kosodate-ship@ceres.ocn.ne.jp Web <http://kosodateship.org/>

# すくすくニュース

## 「赤ちゃんが喜びママも簡単な離乳食講座」

6月7日、大船渡市保健所とこそだてシップの共催で離乳食講座を開講しました。講師は東京都助産師会副会長の宗祥子先生。

保育士さん、保健師さん、栄養士さん、そして育児中のママの姿も多くあり、みなさん真剣に耳を傾けていました。やはり、親子の健康は食事から。

「親子一緒に食卓で、薄味の和食を食べること」が赤ちゃんも喜び、ママも簡単な離乳食のコツということが分りました(\*^-^\*)すくすくルームでは、宗先生の著書「世界で一番簡単な赤ちゃんごはん」をご覧くださいこともできます。

## 満員御礼！「第4回子育てスクール」

6月19日、すくすくルームにて「おんぶとだっこの練習会」が開催されました。講師は東京都助産師会、渡邊寛子助産師、熊澤貞子助産師のお2人。震災後、赤ちゃん巡回訪問活動により、この地域の母子をずっと支えてくださったお2人です。おんぶに適した背中作り、昔懐かしの4mのさらしを使ったおんぶ・抱っここの練習。パパもさらしのおんぶに挑戦！「すごい楽〜！」「意外に簡単！」という感想を頂きました。赤ちゃんからもにこにこの笑顔がこぼれました(\*´▽`\*)

## ～スタッフミーティング～

### 実は奥の深〜い「子どもと絵本について」勉強しました

先日のスタッフ研修では、読書ボランティア「おはなしころりん」代表の江刺さんのお話をお伺いしました。たくさん絵本に触れることで、絵本の中で様々な経験を積み重ねていくのだそうです。絵本で心を育て・知恵を養いましょう！

○素直に読む ○心をこめて読む ○くつろげる時間と場所

気をつけることは、それだけでOK！やっぺみっぺし、読み聞かせ！



ことばのお花の輪が広がります様に…❀

### 思わず笑顔になる すくすくこぼれ話

すくすくルームで遊んでいた2歳の女の子が、「今のはちょっと危ないよ」と、ママにちょ〜っとだけ注意されてしまいました。それを見た男の子がひとこと。

「怒るのは、ボクのママだけじゃないんだ〜」って(;´▽`)

「そうだよ、みんな同じなんだよ。」とお話すると元気に遊んでいました！

どこのママだって子どもたちが大好きだから、叱ったり、悩んだりするんですよね。すべて母の愛情です♡もし少し叱りすぎちゃったなあ、と感じてしまったときは「ママたくさん怒っちゃってごめんね」と、ぎゅ〜っとしてあげましょうね(\*´▽`\*)