



大船渡市子育て支援センター

すくすくルーム月間予定

	日	月	火	水	木	金	土
第1週	① AM「マタニティサロン」 PM 通常利用	② ハンドマッサージをどうぞ! ⑬ ママカフェの日		休	③ 絵本読み聞かせ	④ お口の健康	
第2週		ハンドマッサージをどうぞ! ママカフェの日	ママカフェの日 13:30分閉所 スタッフミーティング	休		⑤ ママサロン	
第3週	⑥ ちぎって、まるめてあ・そ・ぼ	ハンドマッサージをどうぞ! ママカフェの日		休	⑦ 保健師(行政)ミニ講話&すくすく相談	⑧ 助産師授乳相談	⑩ ママの肩こりバイバイデー
第4週		ハンドマッサージをどうぞ! ママカフェの日	⑪ 月齢誕生日会	休	⑫ 童謡どんぶらこ	⑨ 偶数月(行政)栄養士離乳食相談 ママサロン	

【月間予定】のご紹介



- ① 「マタニティサロン」10:00～12:00 参加料500円(材料費込)手作りが楽しめる妊婦さんの交流サロン。
- ② 「ハンドマッサージをどうぞ!」10:30～15:00(昼食時間除)子育ての大事な手を守りましょう。
- ③ 「絵本読み聞かせ」11:00～11:30「NPO法人おはなしころりん」が絵本の世界をご紹介します。
- ④ 「お口の健康」10:30～12:00 乳児から「できる」歯みがきで、「しっかり」虫歯の予防!
- ⑤ ママサロン: 前ページでご紹介。
- ⑥ 「ちぎってまるめてあ・そ・ぼ」新聞紙やいろいろな不要な紙を使って、伸び伸び遊びましょう。
- ⑦ 毎月第3木曜日「すくすく相談」: 10:30～11:30まで乳児～未就学児の子育て相談。
- ⑧ 授乳相談: 10:00～13:00 おっぱいが飲めない、ミルクが飲めない、どの位を・・・随時にも対応します。
- ⑨ 偶数月の第4金曜日「もぐもぐ相談」: 11:00～12:30まで、離乳食のなんでも相談。
- ⑩ 「ママの肩こりバイバイデー」抱っこやおんぶで、肩がパンパン・・・解消にお手伝いします。
- ⑪ 「月齢誕生日会」10:00～12:00 ママの手作りカードプレゼント。当日はみ～んなでお祝いしましょう。
- ⑫ 童謡「どんぶらこ」: 11:00～11:30 懐かしい童謡メロデーで、子どもと一緒に楽しみましょう。
- ⑬ ママカフェの日: 毎週月・火曜日。コーヒータイムでホッと一息つきませんか。

※⑥と⑩の開始時間は、当日の状況で流動的です。



「月間予定」は、スタッフの特技や資格を生かして実施。(子育てサポーター 助産師・保健師・歯科衛生士・栄養士・保育士) **①、⑤、以外は無料です。**