



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
第一週	①AM マタニテサロン ・ルーム内は 通常利用	②ハンド マッサージ		休	④ 絵本読み聞かせ	⑤ お口の健康	
		③ママカフェ					
第二週		②ハンド マッサージ	スタッフミ ーティング のため 13:30 閉所	休		⑥ ママサロン	
		③ママカフェ					
第三週	⑦おっぱい相談	②ハンド マッサージ		休	⑧童謡 どんぶらこ (奇数月)	⑨ もぐもぐ相談 (偶数月)	
		③ママカフェ					
第四週		②ハンド マッサージ	⑩ 大き な〜れ	休	⑪すくすく相談	⑥ ママサロン	
		③ママカフェ					

【月間予定】のご紹介

- ①「マタニテサロン」10:00~12:00 赤ちゃんを迎える準備や演習を、一人でもご家族でもどうぞ！
- ②「ハンドマッサージの日」10:30~15:00(昼食時間除) 子育ての大事な手！ 優しくマッサージします。
- ③「ママカフェ」カフェドリンクでホッと一息。¥100円/杯
- ④「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。
- ⑤「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！（歯科衛生士）
- ⑥ママサロン：前ページでご紹介。
- ⑦授乳相談：10:00~13:00 おっぱい、ミルクが飲めない、どの位を・・・随時対応します。（助産師）
- ⑧童謡「どんぶらこ」：11:00~11:30 わらべうたや童謡を子どもと一緒に楽しみましょう。（保育士）
- ⑨偶数月の第4金曜日「もぐもぐ相談」：11:00~12:30 離乳食のなんでも相談。（栄養士）
- ⑩「おおきな〜れ」：月齢誕生日のお子さんに足型カードプレゼント。身長体重の計測。
- ⑪毎月第4木曜日「すくすく相談」：10:30~11:30 乳児～未就学児の子育て相談。（保健師）



「月間予定」は、スタッフの特技や資格を生かして実施。

③と⑥以外は無料です。