



## ●10月のすくすくルーム

| 日  | 月  | 火   | 水          | 木  | 金   | 土  |
|--|--|---|------------|--|---|----|
|  |  | 1   | 2<br>おやすみ  | 3<br>おはなしころりん<br>読み聞かせ<br>11:00~11:30                      | 4<br>お口の健康<br>10:30~11:30<br>※歯ブラシをご持参下さい                         | 5  |
| 6<br>マタニティサロン<br>10:00~11:30<br>参加料 300円,要予約 | 7<br>ハンドマッサージの日<br>10:30~15:00<br><br>ママカフェの日  | 8<br>防災ハイキング<br>詳しくは下記をご覧ください<br>予約が必要です。<br>参加料 200円 (弁当付) | 9<br>おやすみ  | 10   | 11 10:00~15:00<br>ママサロン<br>三鉄ピクニック♪<br>予約が必要です。<br>参加料 500円 (弁当付) | 12 |
| 13   | 14<br>ママカフェの日                                  | 15<br>ママカフェの日<br><br>スタッフミーティングのため<br>13:30で閉所              | 16<br>おやすみ | 17   | 18<br>●栄養士の<br>もぐもぐ相談<br>11:00~12:30                              | 19 |
| 20<br>おっぱい相談<br>10:00~13:00                  | 21<br>ハンドマッサージの日<br>10:30~15:00<br><br>ママカフェの日 | 22<br>おおきくな〜れ!<br>10月生まれ                                    | 23<br>おやすみ | 24<br>●保健師の<br>すくすく相談<br>10:30~11:30<br>ミニ講話「起こりやすい事故と予防法」 | 25 10:00~15:00<br>ママサロン<br>リラックスサロン<br>参加料 200円。                  | 26 |
| 27   | 28<br>ハンドマッサージの日<br>10:30~15:00<br><br>ママカフェの日 | 29  | 30<br>おやすみ | 31   |   |    |



### ★★10月のママサロン★★

#### ●10月11日「三鉄ピクニック」

参加料：500円（お弁当付き）予約が必要です。

【集合】10:00 受付 & 健康チェック

【日程】11:15 すくすくルーム出発 ⇒

11:30 盛駅出発（釜石までの往復）⇒

13:35 盛到着

※健康チェックのため、はじめにすくすくルームにお越しください！

#### ●10月25日「リラックスサロン」10:00~15:00

お茶を飲みながら、リラックスしましょう♪

参加料：200円（軽食バイキング）

三鉄ピクニック昨年の様子



### 防災ハイキングのお知らせ

いざ！という時、子どもと一緒に避難するって  
どんな感じかな？  
みんなで一緒に楽しく避難体験してみましよう！

日 時：10月8日（火）10:00~14:00

開催場所：すくすくルーム～天神山公園

参加対象：赤ちゃん～未就学児とその保護者

参加料：一家族200円（お弁当・保険料込み）

※事前予約をおねがいします。（先着15組）

持ちもの：飲み物・おんぶ（抱っこ）ひも  
お子さんの必需品等

★歩きやすい服装でご参加下さい

★ベビーカーは使いません



# ●11月のすくすくルーム

| 日  | 月   | 火  | 水          | 木  | 金   | 土   |   |
|--|---|--|------------|--|---|---|---|
| <p>★すくすく通信は、ホームページ、おおふなと子育て支援サイト「つばきっず」でも確認できます。こそだてシップのフェイスブックには、お知らせの他、すくすくルームやママサロンの様子も掲載しています。ぜひチェックしてみてくださいね♪</p> |   |  |            |  | <p>1<br/><b>お口の健康</b><br/>10:30~11:30<br/>※歯ブラシをご持参下さい</p>        | 2   |   |
| <p>3<br/><b>マタニティサロン</b><br/>10:00~11:30<br/>参加料 300円.要予約</p>  | <p>4<br/><b>ママカフェの日</b></p>   |  | <p>5</p>   | <p>6<br/>おやすみ</p>  | <p>7<br/><b>おはなしころりん<br/>読み聞かせ</b><br/>11:00~11:30</p>            | <p>8 10:00~15:00<br/><b>ママサロン</b><br/>ベビーダンス<br/>※詳細は下記をご覧ください。<br/>参加料 500円. 要予約</p> | 9 |
| 10   | <p>11<br/><b>ハンドマッサージの日</b><br/>10:30~15:00<br/><br/><b>ママカフェの日</b></p> | <p>12<br/><b>子育てスクール<br/>ママカフェの日</b><br/><br/>スタッフミーティングのため<br/>13:30で閉所</p> | 13<br>おやすみ | 14   | 15  | 16  |   |
| <p>17<br/><b>おっぱい相談</b><br/>10:00~13:00</p>  | <p>18<br/><b>ハンドマッサージの日</b><br/>10:30~15:00<br/><br/><b>ママカフェの日</b></p> | 19   | 20<br>おやすみ | <p>21<br/><b>童謡どんぶらこ</b><br/>11:00~11:30<br/>わらべうたであそびましょう</p>             | <p>22 10:00~15:00<br/><b>ママサロン</b><br/>リラックスサロン<br/>参加料 200円.</p> | 23  |   |
| 24   | <p>25<br/><b>ハンドマッサージの日</b><br/>10:30~15:00<br/><br/><b>ママカフェの日</b></p> | <p>26<br/><b>おおきくな〜れ!<br/>11月生まれ</b></p>                                     | 27         | <p>28<br/><b>●保健師<br/>すくすく相談</b><br/>10:30~11:30<br/>ミニ講話「子どものためにも禁煙を」</p> | 29  | 30  |   |

## すくすくベビー写真館



### ★★11月のママサロン★★

- 11月8日「ベビーダンス」10:30~11:30  
動きやすい服装でご参加下さい。  
持ち物：抱っこひも  
※首の座っているお子さんから参加できます。  
参加料：500円（お弁当付き）予約が必要です。
- 11月22日「リラックスサロン」10:00~15:00  
お茶を飲みながら、リラックスしましょう♪  
参加料：200円（軽食バイキング）

### ★子育てスクールのお知らせ★

**11月12日（火）10:30~13:00**  
**山本正子先生による「離乳食の進め方」**  
毎回大好評の山本先生による離乳食のお話しです。具体的な食べさせ方と食のしつけを学びましょう♪普段食べている離乳食を持ち寄り、一緒に食事をします。お話しだけでもどうぞ!!

#### ◆ご利用案内◆

**場 所** 大船渡市子育て支援センター すくすくルーム(サンリア 2階)  
**対 象** 妊婦さん~小学校に入る前のお子さん ※対象者のご家族みなさま、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

#### ◆お申込・お問合せ◆

**住 所** 〒022-0003 大船渡市盛町字町 10-11 サンリア 2階  
**TEL/FAX** 0192-47-5689 **メール** kosodate-ship@ceres.ocn.ne.jp  
**WEB** <http://kosodate-ship.org/> **Facebook** <https://www.facebook.com/kosodate-ship>