



●12月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
2 マタニティサロン 10:00~12:00 参加料 300円,要予約	3 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	4 ママカフェの日	5 おやすみ	6 おはなしころりん 読み聞かせ 11:00~11:30	7 お口の健康 10:30~12:00 ※歯ブラシをご持参下さい	1 8
9	10 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	11 ママカフェの日 スタッフミーティングのため 13:30で閉所	12 おやすみ	13 ママサロンヨガ (10:00~12:00) ※予約の方のみ	14 10:00~15:00 ママサロン クリスマス会 ※詳細は下記をご覧ください。 参加料 300円。要予約	15 ママの肩 こりバイ バイデー
16 ちぎってまるめてあ・そ・ぼ	17 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 スタッフ研修会の為 14:30で閉所	18 すくすくルームの キッズクリスマス会 10:00~13:00 ※詳細は下記をご覧ください。 参加料 300円。要予約	19 おやすみ	20 ●保健師の すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「生活習慣を 整える」	21 授乳相談※随時対応 10:00~13:00 ●栄養士の もぐもぐ相談 11:00~12:30	22
23	24 ママカフェの日	25 12月誕生会 10:00~12:00	26 おやすみ	27 童謡どんぶらこ 11:00~11:30	28 10:00~15:00 ママサロン 参加料 100円。予約不要 お茶を飲みながら ラックスしましょう	29
30	31 おやすみ	★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♪				

★すくすくルームからのお知らせ(12月)★

- ママサロン「クリスマス会月」12月14日(金)10:00~15:00
対象:0~満1歳児まで
参加料:300円 予約が必要です。(予約・問い合わせ:TEL0192-47-5689)
内容:足形でクリスマスカードを作りましょう♪ お弁当、プレゼント付き♪
- すくすくルームのキッズクリスマス会 12月18日(火)10:00~13:00
対象:1歳児~未就学児(兄弟で参加の場合のみ1歳未満OKです)
内容:クリスマスソングを歌おう♪お楽しみ会
参加料:1家族300円(お弁当&プレゼント付き)※予約が必要です
- 「栄養士のもぐもぐ相談」12月21日(金)11:00~12:30
大船渡市の栄養士さんがすくすくルームに来てくれます!
お子さんの食について相談してみてくださいね!
- マタニティサロン「産前・産後のトラブル対策」
12月2日(日)受付10:00~12:00 参加料:300円 予約が必要です。
対象:初産婦さん、経産婦さん、ご家族も一緒にどうぞ。

「すくすくルーム」
ご利用の皆様へ

平成30年度、今年も「すくすく」ご利用頂きありがとうございました。お子さん方が元気に楽しく、そしてご家族皆さま方も、少しはホット出来ましたでしょうか?来年もスタッフ一同、皆さまに喜ばれる「ルーム」づくりに頑張ります。今年一年、安全に開設できましたこと、皆さま方に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願ひいたします。

代表 伊藤

●1月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
		1 元旦 おやすみ	2 おやすみ	3 新年あけましておめでとうございます。 1/3よりすくすくルーム開所致します♪	4	5
6 マタニティサロン 10:00~12:00 参加料 300円.要予約	7 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	8 お口の健康 10:30~12:00 ※歯ブラシをご持参下さい	9 おやすみ	10 おはなしころりん 読み聞かせ 11:00~11:30	11 10:00~15:00 ママサロン ママのゆったりヨガ! ※詳細は下記をご覧ください 参加料 300円.要予約	12
ママカフェの日						
13	14	15	16 おやすみ	17 ●保健師 すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「子供のうんちとトラブル」	18 授乳相談 ※随時対応 10:00~13:00	19 ママの肩 こりバイ バイデー
ママカフェの日						
20 ちぎってまるめて あ・そ・ぼ	21 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	22 1月誕生会 10:00~12:00	23 おやすみ	24 童謡どんぶらこ 11:00~11:30	25 10:00~15:00 ママサロン ベビーダンス♪ ※詳細は下記をご覧ください 参加料 300円.要予約	26
ママカフェの日						
27	28 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	29	30 おやすみ	31		
ママカフェの日						

来場ありがとうございました！



★すくすくルームからのお知らせ（1月）★

- マタニティサロン「おっぱい、ミルク授乳演習」**
1月6日(日) 10:00~12:00 参加料：300円 ※予約が必要です
- ママサロン「ママのリラックス！ゆったりヨガ♪」**
1月11日(金) 10:30~11:30
参加料：300円 ※予約が必要です。
(午後のみ参加は¥100、予約はいりません)
持ち物：フェイスタオル持参、動きやすい服装でご参加下さい。
- ママサロン「ベビーダンス」1月25日(金) 10:30~11:30**
参加料：300円 ※予約が必要です
(午後のみ参加は¥100、予約はいりません)
持ち物：抱っこ紐をご持参下さい。動きやすい服装でご参加下さい。
※首の座っているお子さんから参加できます♪

マタニティサロンは毎月第一日曜日に開催中です。初産婦さん、経産婦さん、ご家族一緒にご参加くださいね♪



すくすくルームには、すべり台やたくさんのおもちゃ、絵本があります。新しいおもちゃも入りましたよ！遊びに来てね！



◆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
 ※「マタニティサロン」「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>