



## ●4月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
	1 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	2	3 おやすみ	4 おはなしころりん 読み聞かせ 11:00~11:30	5 お口の健康 10:30~12:00 ※歯ブラシをご持参下さい	6
	ママカフェの日					
7 マタニティサロン 10:00~11:30 参加料 300円 要予約	8 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	9 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	10 おやすみ	11	12 10:00~15:00 ママサロン 足形で鯉のぼりの色紙作り 予約が必要です。 参加料 500円 (弁当付)	13
	ママカフェの日					
14	15 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	16	17 おやすみ	18	19 ●栄養士の もぐもぐ相談 11:00~12:30	20
21 おっばい相談 10:00~13:00	22 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	23 おおきな〜れ! 4月生まれ	24 おやすみ	25 ●保健師の すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「普段からできる いざという時の備え」	26 10:00~15:00 ママサロン リラックスサロン 参加料 200円。	27
	ママカフェの日					
28	29	30	★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♪			
	ママカフェの日					

## 4月よりすくすくルームの イベントが一部変わります!

- ★ママサロン★ (10:00~15:00 開催)
  - ◎第2金曜日 → イベントありの予約制。参加費 500円 (お弁当付き)
    - ※12時以降予約なしでの参加可。参加費 100円 (弁当なし)
  - ◎第4金曜日 → イベントなしのリラックスサロン。
    - 予約不要。参加費 200円 (バイキング形式の軽食)
- ※マイカップ、おくるみ等をご持参下さい。ゴミは持ち帰るようお願い致します。

★おおきな〜れ! → 毎月第4火曜日。  
お誕生月のお友達に計測をして足形カードのプレゼント♪

▼下記イベントは開催曜日の変更です▼

- ★おっばい相談 → 毎月第3日曜日。
- ★童謡どんぶらこ → 奇数月第3木曜日。  
【大船渡市からの派遣】
- 栄養士のもぐもぐ相談 → 偶数月第3金曜日。
- 保健師のすくすく相談 → 毎月第4木曜日。  
※イベント開催日が祝日となる場合などは、変更になることがあります。  
すくすく通信予定表などでご確認下さい。

ご挨拶

開花が待たれる春ウララ...  
と想像していたら3月の大雪。  
お出かけも大変でしたね。  
お陰様で「すくすくルーム」  
は、今年で4回目の春を迎える  
ことができました。  
東日本大震災から8年目になり、  
「こそだてシップ」も、  
地域の復興と共に歩み、  
地域の皆様に守られ、  
育てられてまいりました。  
心からお礼を申し上げます。  
今年度も「こそだてシップ」  
は、子育てに頑張る、ママ、  
パパそしておじいちゃん、  
おばあちゃん達を応援いたします。  
ホッと一息つきに  
どうぞ、「すくすくルーム」  
をご利用下さい。

代表 伊藤

# ●5月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
			1 おやすみ	2	3	4
5 マタニティサロン 10:00~11:30 参加料 300円.要予約	6 ママカフェの日		8 おやすみ	9 おはなしころりん読 み聞かせ 11:00~11:30	10 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 500円. 要予約	11
12	13 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	14 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	15 おやすみ	16 童謡どんぶらこ 11:00~11:30 わらべうたで あそびましょう	17 お口の健康 10:30~12:00 ※歯ブラシをご持参下さい	18
19 おっぱい相談 10:00~13:00	20 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	21 ママカフェの日	22 おやすみ	23 ●保健師 すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「子供の寝方叱り方」	24 10:00~15:00 ママサロン リラックスサロン 参加料 200円.	25
26	27 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	28 おおきくな〜れ! 5月生まれ	29 おやすみ	30	31	

### ～プレママ・プレパパ支援～

#### ★マタニティサロンのお知らせ★

マタニティサロンは、妊娠期をサポートして赤ちゃんを迎える準備や演習のサロンです。

開催日：毎月第1日曜日

時 間：10:00~11:30

対 象：初産婦さん、経産婦さん  
とそのご家族

内 容：赤ちゃんのお世話、沐浴演習、  
おっぱいとミルクの授乳について  
等々ご希望の内容をお受けします。

参加費：300円（予約が必要です）



### ★★5月のママサロン★★

マイカップ  
をご持参下  
さい!

#### ●5月10日「ベビーダンス」10:30~11:30

持ち物：抱っこ紐 ※動きやすい服装でご参加下さい。

参加料：500円（お弁当付き）予約が必要です。

※首の座っているお子さんから参加できます。

#### ●5月24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）

おはなしころりんさんの読み聞かせ、歯科衛生士さんの「お口の健康」は今年度も継続で実施します。ぜひ遊びにきて下さいね!!



#### ◆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>