



●12月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
1 マタニティサロン 10:00~11:30 参加料 300円,要予約	2	3	4 おやすみ	5 おはなしころりん 読み聞かせ 11:00~11:30	6 お口の健康 10:30~11:30 ※歯ブラシをご持参下さい	7
8 クルームアクト イベント ※詳細は下記をご覧ください	9 すくすくルームの キッズクリスマス会♪ 予約が必要です。 ※13時で閉所	10 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	11 おやすみ	12	13 10:00~15:00 ママサロン クリスマス会♪ 予約が必要です。 参加料 500円 (弁当付)	14
15 おっぱい相談 10:00~13:00	16 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	17 ママカフェの日	18 おやすみ	19	20 ●栄養士の もぐもぐ相談 11:00~12:30	21
22	23 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	24 おおきくな〜れ! 12月生まれ	25 おやすみ	26 ●保健師の すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「お願い上 手になろう」	27 10:00~15:00 ママサロン リラックスサロン 参加料 200円。	28
29	30 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	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♪			

すくすくルームの キッズクリスマス会のお知らせ♪

日 時：12月9日（月） 10:00~13:00
 対 象：1歳児~未就学児
 内 容：クリスマスソングを歌おう！
 &工作&クイズ&サンタも登場？！
 参加料：一家族 500円（お弁当&プレゼント付）
 ※予約が必要です。（先着 15組）

★★12月のママサロン★★

●12月13日「クリスマス会」10:00~15:00
 対 象：0~満1歳児まで
 参加料：500円（昼食・ケーキ付き）予約が必要です。
 内 容：足形アートでクリスマスカードを作ろう♪
 エレクトーンの演奏・マジックショー
 クリスマスプレゼント抽選会など

●12月27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）

★★クルームアクトイベント★★

日 時：12月8日（日）
 10:45~11:45
 13:30~14:30
 内 容：保育士の先生と親子のふれあい遊び
 スポリング・ダンスやお手玉など
 体を使って英語であそぼう
 のびのびママのストレッチ体操

場 所：すくすくルーム
 どなたでも、いつでもお気軽にどうぞ！
 手作りクリスマスカードもプレゼント♪

C-roomACT（クルームアクト）・・・
 奥州市江刺にあるフィットネス&トレーニングジム。
 ママのストレッチや英語スクール・託児などを行っている



●1月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
			1 おやすみ	2 おやすみ	3 4 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 新年あけましておめでとうございます。 すくすくルームは1/3より開所します！ </div>	
5 マタニティサロン 10:00~11:30 参加料 300円.要予約	6 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	7 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 リラックスヨガ ※詳細は下記をご覧ください。 参加料 500円. 要予約	11
12	13 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	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 お口の健康 10:30~11:30 ※歯ブラシをご持参下さい	22 おやすみ	23 ●保健師 すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「冬場の スキンケア」	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! 1月生まれ	29 おやすみ	30	31	



こそだてシップの
ママサロンに
ご参加下さい~!!

マイカップ
をご持参下
さい!

★★1月のママサロン★★

- 1月10日「リラックスヨガ」10:30~11:30
動きやすい服装でご参加下さい。
持ち物：フェイスタオル
参加料：500円（お弁当付き）※予約が必要です。
- 1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）

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。今年も元気に「すくすくルーム」を開設出来ますこと、皆様に心からお礼を申し上げます。「すくすくルーム」は、誕生から今年で、丁度5年目になりました。まだまだ育ち盛りですが、今年も又、皆様身近で、細々した日常の「育児」に寄りそえる子育て支援をと願っております。スタッフ一同してお手伝いさせていただきます。どうぞ気軽に「すくすくルーム」をご利用下さい。今年も宜しく願いいたします。

代表 伊藤 怜子

◆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>