地域子育て支援センター

# おいで!おいで!

# 3月

令和5年3月号
医療法人 九十九会
関小児科医院

木々の花が芽吹き始める様子に、春の訪れを感じる季節となりましいた。
『おいで おいで』では、時間に縛られずいつも気軽に参加して輪になって子育て真最中の親・子どもを応援します。

薩摩川内市西向田町18番26号
☎ 0996−20−6682
●開所曜日 : 月曜日〜土曜日
●開所時間 : 9:30〜15:30
●対象年齢 : 0才〜3才

## 3月の支援活動内容案内

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 休所 | は、室内開放です。 来所前にお電話下さい。 | | 1 ★ | 2 ★ ひなまつりアート 11:00〜12:00 | 3 ★ ひなまつりアート 11:00〜12:00 | 4 電話相談 |
| 5 休所 | 6 ★ ママ応援『産後ケア』 9:30〜15:30 | 7 ★(3〜7ヶ月) PePeちゃんの日 10:30〜11:00 | 8 ★ 看護師さんと語ろう 10:00〜10:30 | 9 ★牛乳パック でイスを作ろう 10:30〜12:00 | 10 ★ エネルギー探検ツアー 9:30〜15:30 | 11 電話相談 |
| 12 休所 | 13 ★ みんなで骨盤体操 10:30〜12:00 | 14 ★ ふれあい遊び 10:30〜11:30 | 15 ★ からだ講座 10:30〜11:00 | 16 ★ 双子ちゃんの日 11:00〜12:00 | 17 ★(8〜11ヶ月) PePeちゃんの日 10:30〜11:00 | 18 電話相談 |
| 19 休所 | 20 ★ ママ応援『産後ケア』 9:30〜15:30 | 21 (春分の日) 休所 | 22 ★ 牛乳パック でイスを作ろう 10:30〜12:00 | 23 ★ ママ応援『産後ケア』 9:30〜15:30 | 24 ★ 子育て相談 10:30〜12:00 | 25 電話相談 |
| 26 休所 | 27 ★ おはなしこんにちは 11:30〜11:45 | 28 ★ 栄養相談 10:30〜15:30 | 29 ★ 寺子屋講座 13:45〜15:00 | 30 電話相談 | 31 電話相談 | |

★印は、定員がありますので予約をお願いします。
※ママ応援『産後ケア』の予約は、随時受け付けております。その他のイベント予約は、3/1(水) 9:30〜受け付けいたします。
支援活動 親子教室(豆の木クラブ)…8日・22日
◎ はじめて利用される方は、登録をお願いします。利用した事がある方も年度ごとの登録をお願いします。
◎ お子さまの事でお悩み等ございましたら、お気軽にスタッフにご相談ください。

| ネームの色 | |
|---|---|
| 0歳 : 紫色 : R4年4/2以降生 | 1歳 : 白色 : R2年4/2〜R3年4/1生 |
| 0歳 : 水色 : R3年4/2〜R4年4/1生 | 2歳 : 赤色 : H31年4/2〜R2年4/1生 |
| | 3歳 : 黄色 : H30年4/2〜H31年4/1生 |

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、急に活動内容を変更したり、お休みさせて頂く事があります。
ご不明な点は、お問い合わせください。 ご理解の程、よろしくお願い致します。

### ⑥⑳㉓ ママ応援「産後ケア」

助産師さん 麦田すみ子先生
下田智子先生、山下百恵先生
産後のママ達!「産後応援券って ごぞんじでしょうか。骨盤ケア、乳房ケア 授乳指導、ベビーマッサージ 相談等を受けることができますのでぜひ遊びに 子どもさんと一緒にいらして下さい。

### ②③ ひなまつりアート

成長を願う、日本古来の行事
みんなで「ポーズ」を…。写真におさめてみませんか

### ⑨㉒ 牛乳パックでイス作ろう

牛乳パックを組み立てて、世界でひとつのオリジナル「イス」を作ってみませんか。
〈準備〉布テープ(茶色)、好きな色の布テープ

### ㉑ 春分の日

昼と夜の長さが全く同じになる日です。「春を祝福する日です

### ⑮ からだ講座

保健センター 保健師さん わたなべさん
今月のテーマ「心臓とからだ」
からだの中を流れる血液は心臓から血管を通って全身に運ばれています 心臓とからだの仕組みについてお話を聞いてみませんか。

### ㉔ 子育て相談

おからだこと りツリ 早十二先生
「イヤイヤ期、だだこね、おしゃべり、ことばがなかなか出ないて…子どもさんの育ちの悩み…困りごとありませんか。個人相談できます

### ㉙ 寺子屋講座

関小児科医院 関 浩孝先生
子どもさんの体のこと、病気のこと、アレルギーのことなどなど、心配なことありませんか。月に1回先生が「おいでおいで」に来て下さいます。子どもさんも同じお部屋で一緒にお話、相談受けられるので安心♡♡

### ㉘ 栄養相談

管理栄養士 立石百合恵先生
「食」に関する悩みありませんか
離乳食の進め方、好ききらい
食物アレルギーなどなど 個人相談できます。
母子手帳忘れずに。

### ⑧ 看護師さんと語ろう

気軽におしゃべりしてみませんか

### ⑬ みんなで骨盤体操

助産師 藤崎るみ子先生
産後ママのからだってデリケート、やさしくいたわってあげましょう。活動しやすい服装で!

### ⑩ 九電「エネルギー探検ツアー」

川内原子力発電所展示館等
柳山ウィンドファーム風力発電所に見学に行きます。

### ⑭ ふれあいあそび 芝原千代子先生

みんな一緒に笑顔で!!♪♪
わらべうたあそび リズムにのってからだをフリフリ…♡♪♪
親子で…おともだちと楽しんじゃお!

### ⑯ 双子ちゃんの日

双子ちゃん 多胎児妊婦さん 一緒におしゃべりしませんか。
保健センター・保健師さんが来て下さいます

### ⑦⑰ 〜ペペちゃんの日〜 3〜7ヶ月

ベビーマッサージ講師 藤田美夏先生 8〜11ヶ月
ママのやさしいお手々でマッサージ。絵本のよみきかせ…。大きくなったかしら、体重測定…ママどうしのおしゃべり…などなど バスタオル持参

### ㉗ おはなしこんにちは

ママと一緒に指あそび、わらべうたあそび ママのおひざで。今月はどんな絵本に出会えるかな♡

## ありがとうございました。

パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃん 日々、楽しく過ごさせていただき、また活動に参加、ご協力をいただきありがとうございました。笑顔いっぱい、時には涙ポロポロ ねがえりできたよ♡ あんよができたよ♡ おしゃべりしたよ♡ いろんな事があり、すばらしい出会いいっぱいでした。これからもすこやかな成長を見守っております。