



●8月のすくすくルーム

日	月	火	水	木	金	土
			1 おやすみ	2 おはなしころりん 読み聞かせ 11:00~11:30	3 お口の健康 10:30~12:00 ※歯ブラシをご持参下さい	4
5 マタニティサロン 10:00~12:00 参加料無料.要予約	6 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	7 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	8 おやすみ	9 ●保健師の すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「事故防止について」	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 300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 お盆やすみ	15 おやすみ	16	17	18 ママの肩 こりバイ バイデー
19 ちぎってまるめ てあ・そ・ぼ	20 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	21 授乳相談 10:00~13:00	22 おやすみ	23 童謡どんぶらこ 11:00~11:30	24 10:00~15:00 ママサロン 参加料 100円。予約不要 ●栄養士の もぐもぐ相談 11:00~12:30	25
26	27 ハンドマッサージの日 10:30~15:00 ママカフェの日	28 8月誕生会 10:00~12:00	29 おやすみ	30 リラックスヨガ 10:00~11:30 予約の方のみ ※11:30より通常利用できます。	31 	

★すくすくルームからのお知らせ（8月）★

●ママサロン「ママのリラックス♪ゆったりヨガ」8月10日（金）10:30~11:30

参加料：300円 予約が必要です。

★動きやすい服装でご参加下さい！ ★フェイスタオルをご持参ください。
※ヨガは毎回大変人気で、参加したくても予約が取れない！という声を受け
今回は**予備日**を設けています。8月30日（木）10:00~11:30 軽食バイキ
ングの提供はありませんが、ヨガを楽しむ事ができます。参加料：200円
※8/10か8/30都合のよい方で申し込み下さい。

（予約・問い合わせ：TEL0192-47-5689）

ママサロンは毎回軽食
バイキング等の提供が
あります。マイカップを
ご持参くださいね！！



6/16 育児のお話し会。たくさん
のご参加ありがとうございました！

●マタニティサロン「赤ちゃんの沐浴について」

8月5日（日）受付 10:00~12:00

参加料：無料 予約が必要です。

妊娠期から沐浴の練習をしましょう♪パパも一緒にどうぞ♪



こそだてシップの活動報告集「伝え
きれないありがとう」を発行しました。
すくすくルームで閲覧できます。

●9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>						1
2	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	8
「おっぱい・ミルクの授乳演習」		ママカフェの日				
9 マタニティサロン 10:00~12:00 参加料 300円.要予約	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	14 10:00~15:00 ママサロン 三鉄ピクニック♪ ※詳細は下記をご覧ください 参加料 500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	18 ママカフェの日	19 おやすみ	20 ●保健師 すくすく相談 10:30~11:30 ミニ講話「スマホと育児」	21 授乳相談※随時対応 10:00~13:00	22 防災ママフェスタ開催の為 おやすみ
23/30	24 ハンドマッサージの日 10:30~15:00	25 9月誕生会 10:00~12:00	26	27 子育てスクール 10:30~13:00	28 10:00~15:00 ママサロン ママと楽しく！ふれあい遊び♪ 参加料 100円.予約不要	29
	ママカフェの日					

★すくすくルームからのお知らせ（9月）★

●ママサロン「三鉄ピクニック」9月14日（金）参加料：500円 ※予約が必要です！

≪集合≫10:00 すくすくルームにて受付&健康チェック
 ≪日程≫11:00 すくすく出発 ➡ 11:25 盛駅出発（釜石までの往復） ➡ 13:40 盛駅着
 ➡ 15:00 ママサロン終了（※盛駅での解散OKです。）
 ※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！
 ※お弁当とおやつがつきます。※満3ヶ月以上、1歳までの赤ちゃんが対象です。

●防災ママフェスタ 9月22日（土）10:00~15:00

場所：大船渡市防災観光交流センター 参加料：無料
 （※すくすくルームはお休みです）
 見て、体験して、遊んで、楽しく防災の事を学びましょう♪
 詳しくはチラシ、こそだてシップホームページ等でご確認ください。

★子育てスクールのお知らせ★

9月27日（木）10:30~13:00
 山本正子先生による「離乳食の進め方」
 離乳食の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>