

すくすく通信5月号



No.84

利用のご案内

- 開所時間：10：00～15：00（お食事はご遠慮ください） ■利用方法：どなたでもご予約なしでご利用いただけます
- 利用対象 妊婦さん・1か月健診後～小学校入学前のお子さんとその保護者の方（お住まいの利用制限なし）
- 日程は変更になる場合があります。最新の情報は、大船渡市つばきっず・こそだてシップHPよりご確認ください

※要予約 ベビーサロン

○日時：5月8日(木)・15日(木)・29日(木)

10:00～11:30

○対象：妊婦さん、生後1か月健診後～12か月の
お子さんとその保護者

○持ち物：おくるみ、お子さんに必要なもの

○助産師の講話、手遊び、身体測定などいろいろな
一緒にお話ししましょう。お子さんのこと、お母さんの
身体のことなど助産師へ相談できます。

【助産師の講話】

1～4か月→パースレビュー

みんなで出産について振り返り共有しましょう。話したいこ
とだけで、話したくないことは話さなくて大丈夫です。

5～8か月→離乳食について

進め方や疑問など、意見交換をしながら解決するお
手伝いをさせていただきます。

9～12か月→離乳食注意食材について・ゆったりストレッチ

普段頑張っているママに。日常に簡単に取り入れら
れ、気分転換になるストレッチを紹介します。

※要予約

大船渡市産前・産後サポート事業 「ほっとカフェ」

○日時：5月22日(木) 10:00～12:00

○対象：妊婦さん、生後1か月健診後～12か月の
お子さんとその保護者（定員10組）

○持ち物：おくるみ、お子さんに必要なもの

○月齢の近いお母さん同士で、色々なお話や交流が
できます。助産師、看護師、支援スタッフへ相談でき
ます。おはなしころりんさんの読み聞かせも♪

※要予約

なないろ

○日時：5月17日(土)・28日(水) 10:00～12:00

○対象：未就学児とその保護者

※保護者のみでも申込可

○子育て中のいろいろな思いを『誰かに聴いて
ほしい、誰かに話してみようかな』と思ったら
お気軽にいらしてくださいね。

※前日までにご予約がない場合、すくすくルーム
は通常開所となります。

※要予約

大船渡市パパママ教室(1回目)

○日時：5月25日(日) 10:00～12:00

○対象：妊娠初期、中期(妊娠28週未満)の
妊婦さんとそのご家族

○持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、飲み物

○妊娠中の心と身体の変化、マタニティトラブルの
対処方法などを助産師からお伝えします。

また、妊娠中の家事分担やサポートについて一緒に
話し合う時間も。詳しくはポスターをご覧ください！

※予約優先

おっぱいの日

○日時：5月30日(金) 10:00～14:30

(お一人30分毎の予約)

○対象：妊婦さん・育児中の母乳のことで
相談したい方

○助産師へ母乳育児の進め方、妊娠中・授乳中
のトラブル、卒乳についてなど相談できます。

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

生後6か月さんはキューピーハーフの 誕生月さんは特大イチゴケーキの 背景と①パパママの携帯電話でかわ い瞬間を撮影いただけます📷🌟		1 ●ハーフパースデー ・誕生月撮影会 10:00～14:00		2 開所	3 休み	4 休み
5 休み	6 休み	7 開所	8 ※要予約 ●ベビーサロン (生後1か月健診後～ 4か月) 10:00～11:30	9 開所	10 開所	11 開所
12 開所	13 休み	14 ●おはなしころりん 読み聞かせ 11:00～11:30	15 ※要予約 ●ベビーサロン (生後5か月～8か月) 10:00～11:30	16 開所	17 ※要予約 ●なないろ ◇予約者以外のご利用は 12:00～15:00	18 ●赤ちゃん運動あそ び(1か月健診後～12か 月まで)10:30～11:00
19 ●ハーフパースデー ・誕生月撮影会 10:00～14:00	20 休み	21 開所	22 ※要予約 ●ほっとカフェ ◇予約者以外のご利用は 12:00～15:00	23 開所 ※12時まで	24 開所	25 ※要予約 ●パパママ教室 10:00～12:00 ◇予約者以外のご利用は 12:00～15:00
26 開所	27 休み	28 ※要予約 ●なないろ ◇予約者以外のご利用は 12:00～15:00	29 ※要予約 ●ベビーサロン (生後9か月～12か月) 10:00～11:30	30 ※要予約 ●おっぱいの日 (個別相談) 10:00～12:00	31 開所	23日(水)はスタッフ研修の ため12時までのご利用と させていただきます

