



■**すくすくルームのご案内**
 すくすくルーム（サン・リア2階）は、広い畳敷きのプレイルームで、楽しく遊べます。随時、妊婦・育児相談、赤ちゃんの体重測定などを行っていますので、お気軽にお声を掛けてください。
 ▽**利用対象** 妊婦、未就学児とその保護者
 ▽**開所時間** 午前10時～午後4時
 ※毎週水曜日は休みです。
 ※正午から午後1時まででは室内で飲食できます。
 ▽**利用料** 無料
 ▽**その他** 毎月第3木曜日は「すくすく相談の日」です。午前10時30分から11時30分まで保健師が在室します。

助産師などが育児を支援 こそだてシップから イベントなどのお知らせ

■**ママサロンこそだてシップ**
 ▽**期日** 6月8日（金）・22日（金）
 ▽**時間** 午前10時～午後3時
 ▽**会場** すくすくルーム
 ▽**対象** 妊婦、1歳未満の赤ちゃんとその保護者
 ▽**内容** 広い和室で、助産師や子育て支援者が、妊婦・母子・母乳相談、体重測定、ママのハンドマッサージなどを行います。
 ▽**イベント内容**
 ・8日午前10時～正午 願いを込めて。七夕モビール作り！／参加料 200円（材料費、軽食バイキング、おやつ、保険料）、午後のみ参加する場合は参加料100円
 ・22日 22こばとこども園がやって来る！足形＆手遊び、午前11時～午後0時30分 もぐもぐ相談／参加料 100円（軽食バイキング、おやつ、保険料）

■**授乳相談**
 助産師による授乳相談です。妊婦さんもお越しください。乳房のトラブル時はフェイスタオルを持参ください。
 ▽**期日** 6月12日（火）
 ▽**時間** 午前10時～午後1時
 ▽**会場** すくすくルーム
 ■**マタニティサロン**
 助産師と保健師と一緒にアロマや小物づくりなどを楽しみながら、のんびり過ごしませんか。妊娠全期をサポートします。ご家族も一緒にどうぞ。
 ▽**期日** 6月3日（日）
 ▽**時間** 午前9時45分～正午
 ▽**会場** すくすくルーム
 ▽**内容** 生まれてくる赤ちゃんのベビースタイ作り
 ▽**参加料** 500円
 ▽**その他** 要予約となります
 ■**申込先／問い合わせ先**
 こそだてシップ



～6月は大船渡地区が対象～

「温泉ミニデイサービス」の利用者を募集します

▷**期日・対象地域** 6月20日（水）／大船渡地区
 ▷**時間** 午前9時～午後3時30分（送迎を含む）
 ▷**会場** しゃくなげの湯こ「五葉温泉」
 ▷**対象** 対象地区に在住の65歳以上の人で、移動（バスへの乗降時を含む）・入浴・着替えなどに介助の必要がない人
 ▷**内容** 血圧測定、入浴、昼食、健康講座、生きがい講座など
 ▷**利用料** 1人1回1,000円
 ▷**定員** 45人（先着順）
 ▷**申込方法** J Aおおふなと大船渡支店へお申し込みください。
 ▷**申込締切日** 6月13日（水）

▷**その他**
 ・飲酒は禁止です。
 ・脳梗塞や心筋梗塞などの危険があるため、血圧が高い人は入浴をお断りすることがあります。
 ・昼食は衛生面・安全管理の都合上、J Aおおふなとが用意します。
 ・健康講座・生きがい講座時間中の入浴は、ご遠慮ください。
 ・送迎はJ Aおおふなとが行います。

▷**申込先／問い合わせ先**
 J Aおおふなと大船渡支店（☎②4121）

すこやか子育てカメラクラブ【乳幼児学級】 学級生と託児ボランティアを募集します

▷**申込先／問い合わせ先**
 中央公民館（☎②3166）

親子で楽しみながらステップアップできる講座です！

子育て中の今だからできる経験を親子でしてみませんか？
 乳幼児学級は、子育てや親子関係などについての学習と育児者同士の交流を行っています。学習中はボランティアによる託児をご利用できますので、お子さんと一緒に安心して参加いただけます。
 ▷**学習日程と内容**＝下表のとおり（全10回）
 ▷**会場**＝カメラホール
 ※第5回のみ保健介護センター
 ▷**対象**＝4歳くらいまでのお子さんをもつ親、または育児をしている人
 ▷**受講料**＝無料（材料費などが必要な学習は、実費分の負担があります）

▷**託児料**＝1世帯当たり2,000円（おやつ代、感謝会軽食、託児用品など）
 ▷**定員**＝30人
 ▷**申込締切日**＝6月8日（金）



■**託児ボランティアにご協力ください**
 学級生の皆さんが学習している間、お子さんのお世話をさせていただきます。託児は全7回（下表託児欄の☆印）ですが、都合の良い日のみのご協力でも構いません。お子さんを同伴しての参加や興味のある学習に参加することもできます。
 子どもが大好きな人、ボランティアに興味のある人は、ぜひご協力ください。

★学習日と内容★

回	日 時	内 容	託児	講 師
1	6月29日（金） 10:00～12:00	開級式&プチ交流会 親子でリトミック体験♪	親子活動	鈴木和枝さん（ホッピー・キッズ・リトミック）
2	7月13日（金） 10:00～12:00	ママと赤ちゃんの歯みがき講座 ～今から始めるむし歯ゼロの生活習慣～	親子活動	熊谷優志さん（大船渡市国保歯科診療所所長）
3	8月24日（金） 10:00～12:00	笑っているママが好き① ～子育ての悩み・不安をリセット～	☆	近藤和子さん（元子育て専門員）
4	9月7日（金） 10:00～12:00	自力整体でリフレッシュ!! ～育児で疲れた体をほぐそう～	☆	今野昌恵さん（自力整体ライフナビゲーター）
5	9月21日（金） 10:00～12:00	困った 食べムラを改善！ ～子どもが喜ぶごはん作り～	☆	岡崎暁子さん（健康推進課栄養士）
6	10月5日（金） 10:00～12:00	カメラ手芸部 ～手ぬぐいで作るあずま袋～	☆	佐藤仁美さん（クラフト講師）
7	10月27日（土） 10:00～12:00	【一般公開】 親子であそぼう!! ～手作りおもちゃフェスティバル～	親子活動	岩手県社会福祉協議会 いわて子どもあそび隊 岩手県立福祉の里センター （中高生ボランティア）
8	11月9日（金） 10:00～12:00	笑っているママが好き② ～子育ての悩み・不安をリセット～	☆	近藤和子さん（元子育て専門員）
9	11月30日（金） 10:00～12:00	メディカルアロマ!? ～冬の不調にアロマケア～	☆	平野智美さん（ものづくり工房かぎしっぽ）
10	12月14日（金） 10:00～13:00	子どもにかかるお金のはなし 閉級式・感謝会	☆	松田福美さん（ライフサポート（株）代表取締役、 ファイナンシャルプランナー）

※第3・8回は小グループに分かれて自由な意見交換をしながら学習します。カナダ発祥のNobody's Perfect（完璧な親なんていない）プログラムの考え方を基に、テーマを決めて、子育てにおける疑問の解消、日頃の悩みや不安の軽減を図ります。