

助産師などが育児を支援

こそだてシップからのお知らせ



■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、0歳から乳幼児の子どもたちがスタッフの見守りのもと楽しく遊べます。妊婦・育児相談、赤ちゃんの体重測定などお気軽に声を掛けてください。

▽利用対象Ⅱ妊婦、未就学児とその保護者

▽開所時間Ⅱ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時までは室内で飲食できます。

▽利用料Ⅱ無料

▽その他Ⅱ毎月第3木曜日は保健師による「すくすく相談」を午前10時30分から11時30分まで行っています。

ぜひお越しください。

■ママサロンこそだてシップ

▽期日Ⅱ1月11日（金）・25日（金）

▽時間Ⅱ午前10時～午後3時
▽会場Ⅱすくすくルーム

▽対象Ⅱ妊婦、1歳未満の赤ちゃんとその保護者

▽内容Ⅱ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。軽食バイキング、おやつもあります。

◎1月のイベント

①ママのリラックス・ゆつたりヨガ

▽期日Ⅱ1月11日（金）
▽時間Ⅱ午前10時30分～11時30分

▽参加料Ⅱ300円

②ベビードダンスでリフレッシュ

▽期日Ⅱ1月25日（金）
▽時間Ⅱ午前10時30分～正午

▽参加料Ⅱ300円

▽持参する物Ⅱ抱っこひも

・共通事項
・午後のみ参加する場合は参加費100円、予約は不要です。

・動きやすい服装で参加ください。

■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Ⅱ1月18日（金）

▽時間Ⅱ午前10時～午後1時
▽会場Ⅱすくすくルーム

■マタニティサロン

助産師と保健師が、妊娠期をサポートするイベントを開催します。

▽期日Ⅱ1月6日（日）

▽時間Ⅱ午前10時～正午
▽会場Ⅱすくすくルーム

▽内容Ⅱおっぱい・ミルク授乳演習

▽参加料Ⅱ300円

■申込先／問い合わせ先
こそだてシップ

（☎⑤689）

※ママサロンこそだてシップ、マタニティサロンに参加される際は、事前に予約のお電話をお願いします。

※こそだてシップのホームページもご利用ください。

【こそだてシップホームページ】<http://kosodateship.org/>

催し・講座

地域公民館対抗卓球大会 参加チームを募集

▽期日Ⅱ2月3日（日）

▽日程

・開場Ⅱ午前8時

・受付時間Ⅱ午前8時15分

・開会式Ⅱ午前8時30分

・競技開始Ⅱ午前8時45分

▽会場Ⅱ市民体育館

▽種目Ⅱラジボール卓球（男女混合ダブルス団体戦）

▽参加資格Ⅱ地域公民館単位で編成する3人以上（女性1人以上含む）のチーム

※やむを得ず人数が足りない場合のみ同町内地域公民館選手とのチーム編成も可。

※学生の出場はできません。

▽参加料（1チーム当たり）Ⅱ500円（保険料など）

▽申込方法Ⅱ参加申込書を直接持参、郵送、ファクスにより提出ください。

▽申込締切日Ⅱ1月24日（木）

▽その他Ⅱルールなど詳細は問い合わせてください。

▽申込先／問い合わせ先

体育センター（担当Ⅱ菅生

（☎⑦1001／☎⑦1002）

春の和菓子づくり講座 参加者を募集します

▽期日Ⅱ1月24日（木）

▽時間Ⅱ午前10時～正午

▽会場Ⅱ働く婦人の家料理実習室

▽対象Ⅱ市内在住または在勤の女性

▽講師Ⅱ渡辺マサ子さん（食の匠）

▽参加料Ⅱ500円

▽持参するものⅡエプロン、三角巾、布巾、筆記用具

▽定員Ⅱ20人

▽申込締切日Ⅱ1月21日（月）

※定員になり次第締め切り

▽申込先／問い合わせ先

働く婦人の家

（☎⑦1001）

認知症のひと家族の会 つどいの会

認知症のことを一人で悩まずに「つどい」に参加してみませんか。

認知症に対する理解を深め、より良い介護や支え合いへとつなげていきましょう。

▽期日Ⅱ1月8日（火）

▽時間Ⅱ午後1時30分～3時30分

▽会場Ⅱ介護老人福祉施設

「ひまわり」2階地域交流ホール

▽対象Ⅱどなたでも（認知症の人やその家族、認知症について関心のある人など）

▽内容Ⅱフリートーク（語り合い）、勉強会など

▽参加料Ⅱ100円

▽問い合わせ先

大船渡地区認知症のひと家族の会事務局

防災観光交流センター 「巨大オセロで遊ぼう！」

巨大なオセロボード（約2・7m×2・7m）を設置しますので、どなたでもご自由にお遊びください。

▽期間Ⅱ12月22日（土）～1月20日（日）

※12月29日（土）～1月3日（木）は年末年始休業日です。

▽開館時間Ⅱ午前9時～午後9時30分

▽設置場所Ⅱ防災観光交流センター2階

▽その他Ⅱ申し込み不要、利用料無料ですのでぜひ利用ください。

▽問い合わせ先Ⅱ大船渡市防災観光交流センター

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

（☎②6001）

皆さんの温かい激励をお願いします

平成31年大船渡市消防出初式

～1月6日に開催～



▷問い合わせ先＝大船渡消防署（☎⑦2119）

～1月は越喜来・吉浜地区が対象～

「温泉ミニデイサービス」の利用者を募集します



▷期日＝1月16日（水）

▷対象地域＝越喜来・吉浜地区

▷時間＝午前9時～午後3時30分（送迎を含む）

▷会場＝しゃくなげの湯っこ「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おおふなと三陸支店へ申し込みください。

▷申込締切日＝1月9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に入浴は、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おおふなと三陸支店（☎④2131）