

# 9月 はっぴいぽけっとおたより

2018.9



まだ残暑が続きますが、朝晩は涼しさを感じる季節になってきましたね。季節の変わり目は体調も崩しやすい、夏の疲れも出やすい時期です。健康に気を付けながら、9月も元気に過ごしましょう♪

## — 9月に予定しているおもな行事 —

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 育児・母乳相談	5 子育て講座(絵本の読み聞かせ)	6 乳児健診(ブックスタート)	7	8
9	10	11 子育て講座(乳がん・子宮がん検診について)	12 ママのおひるねタイム	13	14 一時預かり	15
16	17	18 育児・母乳相談(離乳食相談)	19	20	21 小児科医との座談会	22
23 30	24	25	26	27 誕生会	28 一時預かり	29



### 9月の子育て講座

#### “親子で絵本を楽しもう” (要予約)

絵本についてのお話や、絵本の読み聞かせもあります。親子で楽しい時間を過ごしましょう♪

♥日時・・5日(水) 10:00~11:30

♥講師・・古川 佳代子さん  
(NPO法人 高知こどもの図書館)

#### “乳がん・子宮がん検診について” (要予約)

正しい知識を持つことで、予防、早期発見にもつながります。是非お話を聞いてみませんか?

♥日時・・11日(火) 10:00~11:30

♥講師・・高知在宅保健活動者なでしこの会より

### 前回の「家族の時間」より

8/4に「家族の時間」でベビーマッサージをしました。この日は土曜日開放ということで、平日はお仕事で来られないお父さんの参加もあり、夫婦・親子のふれあい、子どもたちはお父さんお母さんにマッサージをしてもらいとっても気持ちよさそう♡見ていた職員もほっこり幸せな気持ちになりました♪



### ママのおひるねタイム

生後2~4か月のお子さんをもつお母さん、助産師さんと一緒に少しの間ゆっくり手足を伸ばして、こころと身体をリフレッシュする時間をつくりませんか?

参加されたお母さんたちは、「久しぶりにゆっくりできた～」となかなか好評です♡

♥日時・・12日(水) 13:30~15:30

♥講師・・藤原 恵助産師(よつば助産院)  
(要予約)

### 小児科医との座談会

あなたが考えたり、不安や疑問に思っていることは誰かも同じ思いしているかも・・・

じっくり耳を傾けてくださる澤田先生を囲んで、おしゃべりをしたり、お話を聞いてみませんか?

午後からは個別相談も受け付けています。

♥日時・・21日(金) 10:00~11:30

♥講師・・澤田 敬医師  
(NPO法人カンガルーの会理事長)

【子育て支援センター はっぴいぽけっと】

◆須崎市総合保健福祉センター3階 TEL: 0889-42-1159

◆月~金曜日 午前9:00~午前11:30

午後1:00~午後3:30

