

# 7月 はっぴいぽけっとおたより

だんだんと蒸し暑い日が多くなってきましたね。こまめに水分補給もしながら体調を崩さないように気を付けましょう。

暑い夏は、「はっぴいぽけっと」でゆっくりと遊びませんか？



## — 7月に予定しているおもな行事 —

2019.7

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 育児・母乳相談	3 おでかけ広場 (新荘公民館)	4 乳児健診 ブックスタート	5	6
7	8	9	10	11 子育て講座 (歯について)	12 一時預かり	13
14	15	16 育児・母乳相談 (離乳食相談)	17 ママカフェ (妊婦さんと4か月までの乳児親子)	18	19 小児科医との 座談会	20
21	22	23	24 ママのおひるね タイム	25	26 一時預かり	27
28	29	30 誕生会 10:50頃～	31	※7/17のママカフェは、妊婦さんと、4か月までの乳児親子の集いになっています。		



### 7月の子育て講座

#### “歯についてのお話”

歯科衛生士さんから子どもの歯についてのお話をさせていただきます。

♥日時・・11日(木) 10:00~11:30

### 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？

♥日時・・24日(水) 13:30~15:30

♥講師・・藤原 恵助産師(よつば助産院)

※お子さんは託児をします

### 今月のおでかけ広場

新荘地区の老人会の方たちと一緒に七夕の集いを予定しています。一緒に笹飾りをしたり、歌をうたったり交流を楽しみたいと思います。

♥日時・・3日(水) 13:30~14:30

♥場所・・新荘公民館

※現地集合ですが、場所のわからない方ははっぴいぽけっとに集合して一緒に行きましょう。

### 小児科医との座談会・相談会

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。

予約制ですので、声をかけてくださいね。

♥日時・・19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)

### 前回の子育てクッキングより

今回のテーマは『地産池消』、いたどりやみょうがを使ったメニューでクッキングをしました。

県外出身のママさんたちも多く、中にはいたどりを初めて食べる！！というママも。子どもたちもベビーカーやおんぶで、ママのクッキングを見学♡

時々つまみ食いもしながら、楽しい時間を過ごしました。



\*いたどりのパスタ

\*いたどりのきんぴら

\*ピーマン茄子のトマトカレー

\*みゅうりとみょうがの白和え

♡レシピがほしい方、声をかけてね。



### 【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