



## 2/26 助産師野間田先生講座、今年のテーマは

### 「命との語り～今私たちに大事なこと～」

長崎で唯一お産のできる助産院「さくらの里助産院プロジェクトマム」の助産師野間田真紀子先生を迎えて年間5回お話をしています。知ってるようで知らない、子育てについて女性の悩み等幅広い内容で講座を企画しています。

今回は原点に戻って助産師さんと一緒にそれぞれのバースレビュー（出産体験）に耳を傾けたいと思います。

出産という人生の一大イベントを客観的に振り返り共感したり語り合いたいと思います。最後は癒しのお灸で温まりましょう。



**対象者：**就学前の子ども（概ね3歳）とその保護者

（対象の子どもがいたら、その姉・兄も可。妊婦のみも利用可）

**開設日：**月曜日～土曜日 **休館日：**日祝日・年末年始

**開館時間：**10時～16時（子育て支援員常駐）

**所在地：**長崎市三重町57-1

**電話番号：**095-801-6177

**運営団体：**社会福祉法人むつみ福祉会

**アクセス：**車…無料駐車場があります。

バス…「東上」バス停から徒歩約1分

「三重」バス停から徒歩約5分



## 長崎市三重地区子育て支援センターてとて R8.2月号

鳥の声がたくさん聞こえる豊かな自然に囲まれたセンターです。

ゆっくり親子で遊んだり、利用者同士で交流したり、子育て中の方への情報コーナーもあります。うれしい時、不安な時、悩みを相談しな時もぜひいらしてくださいね。

子育てのツールの1つとして「てとて」をご利用ください♪

地域全体で一緒に子どもたちを育てていきたいと思っています。



### てとてで いっしょに すごそう



妊娠期からぜひ。



親や祖父母、叔父叔母等の保護者と一緒に。



就学前まで利用 OK！

小学生など上の子も

一緒に OK！



ファミサボまかせて会員と。

（事前連絡が必要です）

### ご利用の際のお願いとお知らせ

◎風邪などの感染症の方は、熱や咳の症状がおさまってからのご利用をお願いします。たまに咳が出る方はマスクを使いながら、自分にも周りにも優しく過ごしましょう

◎てとてでは、今後も安全安心に利用できる環境保持のため、消毒・換気の継続をしていきます。ご協力宜しく願いいたします。

◎来た時と、帰る時は手洗いをお願いいたします。

長崎市三重地区子育て支援センター「てとて」 R8.2月予定表

月	火	水	木	金	土	日
 <b>2 予約不要</b> <b>お譲り会</b> (10:00~15:00) 	今年の恵方は 南南東のやや 南です  <b>3 満月</b>  <b>節分の日</b> 	立春リッパ(春 の気配を感じ る頃) <b>4 予約6</b> <b>ハビーマッサージ</b> <b>&amp; ベビーマッサージ</b> (10:30~11:00) 	<b>絵本貸し出ししてます♪</b> 自宅でも親子で絵本を楽しんでほしく て、絵本の貸し出しをしています。 貸出期間：2週間1世帯10冊まで <b>5 予約6 毎月</b> <b>はいはいレース</b> (10:30~11:00) 			
9	<b>10 午前開館</b> 職員研修のため、 <b>13 時~</b> <b>16 時</b> 休館し ます。 	<b>11</b> 建国記念の日 	<b>12</b> 	<b>13 予約8</b> <b>絵本の読み聞かせ</b> (10:30~11:00)	14	15
16	17	<b>18 要予約</b> <b>こども家庭支援</b> <b>センター</b> <b>びいどろ</b> (10:00~12:00) 子の見守り有 	<b>19 新月</b> 雨水(気温が 上がり雪が雨に なる頃) <b>20 午前開館</b> 職員研修のため、 <b>13 時~</b> <b>16 時</b> 休館し ます。 	21	22	
<b>23</b> 天皇誕生日 	<b>24 要予約</b> <b>お母さんの</b> <b>リンパケア</b> (10:30~11:30) 子の見守り有	25	<b>26 予約10</b> <b>助産師</b> <b>野間田先生講座</b> (10:30~12:00) 子の見守り有 	27	28	

★1/26(月)より講座予約スタート★

※予約は来館、電話(0958016177)、LINEにて

**2/2 お譲り会**＜持参物：エコバック＞

お部屋の一部をお譲りコーナーにしています♪お譲り品も随時受付中。

**2/4 ベビーマッサージ & ベビーマッサージ**＜参加費 300 円＞

講師(てとて職員)：金子優希)

＜持参品：バスタオル・水分補給できる飲み物＞前日と当日の予防接種はお控えください。

月齢を問わず、ベビーからキッズまでぜひお越しください。月齢に沿ったベビマをいたします。触れ合う事で赤ちゃんにもママにも良いことたくさんベビーマッサージ&ベビーマッサージと一緒にしましょう♪1回分のオイルのお土産付きです♪

**2/5 はいはいレース**

ずりばいから、はいはいの赤ちゃん集まれ～！はいはい時期を一緒に楽しみましょう

まだはいはいしない赤ちゃん親子の見学もOK！リピート参加もぜひどうぞ！

**2/13 絵本の読み聞かせ**

職員輪番で開催してます。毎回色々な内容&職員それぞれのカラーでお送りします♪歩き回ってもゴロンとしても、お耳はちゃんと聞いてます。まずは、絵本に親しむことから♡

**2/18 こども家庭支援センターびいどろ「びいどろって、どんなところ？」**

てとてに偶数月に来て頂いている「びいどろ」って、どんな事してるの？どんなときに利用できるの？など、色々お話していただきます。はじめての方もそうでない方も、ぜひお気軽にご参加ください。

**2/24 お母さんのリンパケア**

講師(てとて職員)：渡部絵美(さくらの里助産院などでの産後ケア歴 10 年)お子さんと同じ空間で自分自身をリセット。ココロとカラダをゆるめるひとときを一緒に過ごしませんか？

2月のみずがめ座「ふくらはぎ・くるぶし・循環器」に意識を向けてセルフケアしましょう。

最後はゴロンと寝ころんでゆったり時間を過ごします。

**2/26 助産師野間田先生講座、今年のテーマは「命との語り～今私たちに大事なこと～」**

→詳しくは裏へ

ブログ



LINE



インスタ



てとての日々の様子などは

こちらからどうぞ♪