



※写真を差し上げます。
広報課までご連絡ください



すこやか 鹿児島っ子



【松元地区保健センターにて】

内=内容 対=対象 期=日時・期間・期日 所=場所 定=定員・定数・人員 料=料金 申=申し込み 問=問い合わせ FAX=FAX 図=Eメール 共=共通事項 託=託児あり

子育て支援施設のお知らせ

4月1日にいしきらら(西部)もオープンするよ! 5面へ

すこやか子育て交流館(りぼんかん)
〒890-0062与次郎一丁目10-17 ☎812-7740(FAX812-7744)
✉kodo-kouryu@city.kagoshima.lg.jp ◇開館時間 10時～18時
◇休館日 毎月第1月曜日(休日のときは翌平日)、12月29日～1月3日

りぼんかん・親子つどいの広場などの開館時間変更
4月1日からりぼんかん、親子つどいの広場、ファミリー・サポート・センターの開館時間を変更します。
◇開館時間 3月まで10時～18時、4月から9時～17時

■3月のりぼんかん講座

講座名	対象	日時	定員
①ピアサロン 1歳児集まれ! (親子ふれあいなど) 託	1歳の子どもと親	3月22日・29日 (水)の11時～12時(全2回)	16組
②親子お菓子教室 春のデザートを作ろう 託	4歳～小学3年生 の子どもと親	3月25日(土) 13時30分～ 15時30分	8組
③ホームケア卒乳～母乳育児 アドバイス～ 託	卒乳・断乳を考 えている母親(子 ども同伴可)	3月28日(火) 14時～15時	15人

◇定員を超えたら抽選(受講決定者には受講票を送付)

料無料(②は材料費実費負担)

申直接窓口かはがき、ファクス、Eメールで講座名、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢(月齢)、電話番号、託児(生後2カ月～就学前の子ども)希望者は子どもの氏名、年齢(月齢)を3月11日(消印有効)までにりぼんかんへ

助産師による卒乳と乳房ケア

対卒乳・断乳を考えている母親(子ども同伴可)

期4月13日(木)13時～14時

定20人(超えたら抽選)

申不要 ※当日開始30分前までに受け付け

◇受講後、助産師に相談できます



子育て相談室

問すこやか子育て交流館(りぼんかん)
相談ダイヤル 812-7741

Q

生後9カ月の子どもの食欲が旺盛で「もっと食べたい」と机をたたいて泣くことがあります。体重の増え方は緩やかで順調ですが、食べさせる量を増やしても良いでしょうか。

A

ご飯をぺろりと食べてくれると親もうれしく、作りがいがありますね。発育が順調だと量を増やしても問題ないと思いがちですが、消化機能が未発達なうちは過度な増量は体の負担になります。食べ過ぎではないかと気になるときは、まず離乳食が軟らか過ぎないかをチェックしてみましょう。かみ応えがないと満腹感が得られず、「もっともっと」と欲しがる原因になります。硬さを調整することでかむ回数が増え、時間をかけて食べるようになると、脳が満腹のサインを出し、食べ過ぎを防いでくれます。

また、食事の内容は取り過ぎると脂肪に変わるおかゆなどの炭水化物や消化の負担になるたんぱく質の目安量を守り、ビタミンやミネラルを豊富に含む煮野菜を増やすなど、量より質を重視しましょう。

親子つどいの広場(東部・南部・北部)

◇開館時間 10時～18時 ◇休館日 12月29日～1月3日

■なかまっち(東部) 〒892-0827中町4-13

☎226-5539(FAX226-0655) ✉nakamatch@sand.ocn.ne.jp

■たにっこりん(南部) 〒891-0117西谷山一丁目3-2

☎266-6501(FAX266-6502) ✉tanikkorin@kagoshima-swc.jp

■なかよしの(北部) 〒892-0871吉野町3256-1

☎243-3255(FAX243-3256) ✉nakayoshino@iaa.itkeeper.ne.jp

A なかまっち

◇3月9日(木)は施設点検のため休館します

講座名	対象	日時	定員
①3歳しゅうご～う！ キッズマッサージ	3歳～3歳11カ月の 子どもと家族	3月15日(水) 10時30分～11時30分	なし
②助産師と語ろうかい (卒乳や断乳)	就学前の子どもと家 族、妊娠中の人	3月18日(土) 10時30分～11時30分	
③音楽の広場		3月19日(日) 11時～11時50分	
④親もいきいきアロマで リラックス 託	就学前の子どもを持 つ保護者	3月22日(水) 10時30分～11時30分	10人
⑤ピアサロン 外国籍を持つ親子の会 「おしゃべり会」	就学前の子どもと家 族、妊娠中の人	3月27日(月) 15時～16時	なし

B たにっこりん

講座名	対象	日時	定員
⑥おともだちいっぱい	6～9カ月の子ども (第1子)と母親	3月14日(火) 10時30分～11時30分	25組
⑦キッズマッサージ 託	2～3歳の子どもと 家族	3月16日(木) 10時30分～11時30分	10組

C なかよしの

◇3月21日(火)は施設点検のため休館します

講座名	対象	日時	定員
⑧ファミリーコンサート	就学前の子どもと家 族、妊娠中の人	3月12日(日) 10時30分～11時30分	なし
⑨3月生まれのお誕生会	就学前の子どもと家 族	3月15日(水) 10時20分～11時30分	
⑩はいはい・よちよち レース		3月19日(日) 11時～11時30分、 14時30分～15時	

A～C共

◇定員を超えたら抽選(当選者には受講票を送付か電話連絡)

料無料(④は材料代500円が必要)

◇申込期限 ④3月12日、⑦3月10日

申①～③⑤⑧～⑩は不要、⑥は当日先着順、④⑦は直接窓口か電話、ファクス、Eメールで参加者全員の氏名、年齢(月齢)、電話番号、託児(生後2カ月～就学前の子ども)希望者は子どもの氏名、年齢(月齢)を各申込期限までに各親子つどいの広場へ

子育て応援ポータルサイト

「夢すくすくねっと」をご利用ください!

◇イベント情報や施設情報など子育てに関する
情報を公開しています



夢すくすくねっと