



子育て支援センター

☎ 地域子育て支援センター ☎46-3042
戸倉地区子育て支援センター ☎28-9366
歌津地区子育て支援センター ☎28-9656

南三陸町には3つの子育て支援センターがあります。親やその家族が子育てをとおした仲間づくりを行い、子育ての情報交換と子育て相談、そして、必要な時には、迅速かつ柔軟に専門職につないでもらう、衛生的で、安心安全な皆さまの居場所。特に乳幼児には嬉しい施設機能と玩具を備えております。一度来館してみてください。たくさんの皆さまのお越しを心からお待ちしております。(詳しい行事の様子は南三陸子育てアプリ母子モをご覧ください！)

6月は行事がいっぱい！みんな遊びに来てね！

6月3日(火)「親子体操教室」

講師 阿部純子先生
内容 ベビーマッサージ、親子ふれあい体操、運動遊び、大人のストレッチ。
大人の皆さんが集中して運動をしている時はスタッフが同室内で託児をします。
妊娠中のママや、パパたちもベビーマッサージを学びにきてくださいね！



6月10日(火)「牧子先生の母親教室」

講師 特別支援教育スーパーバイザー 佐藤牧子先生
内容 全4回シリーズで、こどもの心の安全基地、子育てのヒントなど、何度も聞きたくなる内容です。今から親になる方も、反抗期真っただ中の方も、この機会を逃さずご参加ください。講習会中は同室内で、お子さんを託児します。



6月19日(木)

「7月のカレンダー作り」と「管理栄養士の栄養教室」

時間 カレンダー作りは来館の順に行います。栄養教室は11時頃から
内容 南三陸町の管理栄養士が「離乳食」や「食事とおとした子育て」「健康づくり」について講習します。ぜひ、ご参加ください。



6月25日(水)「リラックスヨガの会」

講師 ヨガインストラクター 千葉珠樹先生
内容 1時間本格的なチャクラヨガが体験できます。きちんとストレッチをしてから行いますので、体の中からリフレッシュしたい方はぜひ、ご参加ください。講習会中は同室内で、お子さんを託児します。



6月4日(水) 誕生会
6月19日(木) 7月のカレンダー作りの会(栄養教室と2本立て)



■施設開放日 ◇施設利用の際は電話予約してください。◇利用当日でも予約できます。
※毎週水曜日は地域子育て支援センターのみの開放です。
※一時預かり、育児相談も随時受け付けています。

施設名	電話番号	開所日	開放時間
地域子育て支援センター	46-3042	月曜日～金曜日	午前10時～正午 午後1時～3時
戸倉地区子育て支援センター	28-9366	月曜日・火曜日	
歌津地区子育て支援センター	28-9656	木曜日・金曜日	

☎ 保健福祉課 子育て支援係 ☎46-1402

令和7年度
介護予防
教室

脳と体の

はつらつ教室

参加者募集！



健康寿命を延ばし、いつまでもイキイキと自分らしく暮らすコツをみんなで楽しく学んでみませんか。お申し込みをお待ちしています。

参加募集に関する共通のご案内

コース 各10回 6月～3月 参加費 無料
対象者 65歳以上の町民 送迎 あり
内容 体力づくりの体操、脳トレーニング、健康講話 持ち物 飲み物（水分補給用）、フェイスタオル ※動きやすい靴でお越しください
講師 Studioビットバレー合同会社 健康運動指導士 渋谷 祐子 氏 申し込み 6月13日(金)まで



コース	開催日時	場 所
Aコース	【初回】6月26日(木) 午前10時～11時30分	総合ケアセンター南三陸
Bコース	【初回】6月20日(金) 午前10時～11時30分	歌津総合支所

※2回目以降の日程については、初回開催時にお知らせします。
※Aコース、Bコース両方に参加することもできます。

☎ 南三陸町地域包括支援センター ☎46-5588



献血に
行こう！



献血とは、病気の治療や手術などで輸血や血漿分画製剤を必要としている患者さんのために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。
日本国内では、少子高齢化などの影響により、主に輸血を必要とする高齢者層が増加し、若い世代が減少しています。
宮城県赤十字血液センターの献血車が来町しますので、ご協力をお願いします。
感染症対策のため、状況によってはお待ちいただく場合があります。時間に余裕をもってご来場ください。

●日時 6月20日(金) ①午前10時～12時
②午後1時～4時
●場所 役場1階 マチドマ
☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

男女とも
400ml献血のみの
受付となります。

