



2月号 かもママだより

第46号 2026.1.26発行
NPO法人かもママ
加賀市下河崎町79-2
親子ほっとステーション内
TEL/FAX 75-7933
<http://kamomama.com>

ベビィサロン ～離乳食のお話～

今月のベビィサロンは『離乳食のお話』でした。講師はかもママスタッフでもあり保育士の本谷氏。

今回は離乳食が始まる前の生後3～4ヶ月のお子さんや離乳食後期の9～10ヶ月のお子さんが参加されました！講師の話を聞くだけでなく、お子さんの今の姿や困っていること、聞きたいことなどをみんなで共有し、どうしていくと良いかをお子さんの発達と気持ちを交えて教えていただきました。また、前期のお話では「離乳食が始まる前の【今】何ができるのか」も伝えてくださいました！

離乳食のお話は前期(生後2～6ヶ月児対象)・後期(生後7～12ヶ月児対象)で内容は少し異なりますが、講師がどの回も共通して話されたのは、手づかみ食べや姿勢の大切さ、そして何よりも大切なのはママが無理をして辛くならないこと。家族で食事の時間を楽しむこと♡

楽しく進めていけたらいいですね！



2月は
【赤ちゃんの姿勢】
のお話です！



母屋ケアサロン

「かもママ×地域の癒し空間母屋ケアサロン」が1/21(水)にスタートしました。場所は山代温泉にある“母屋わらわら～っと”でした。

コンセプトは『いつも頑張る身体にやさしい時間を』です。希望される方には看護師によるリンパマッサージ・整体施術が行われ、今回は子育て中のママさん4人が施術を受けられました。

「肩が軽くなった！」「癒されました～♪」と喜びの声がたくさん聞かれました。

講師は日頃の疲れや身体の悩みを少しでも手放してもらえた嬉しいですとのことでした！

施術の後はみんなでお茶をして楽しみました♪



- ・おしゃべりだけでもOK
- ・シニアの方も大歓迎！
- ・おしゃべりだけでもOK

整体施術の様子

お茶の様子

次回の開催をお楽しみに！

アラフォーママサロン

今年最初のアラフォーママサロンが1/8(木)に開催されました。対象は35歳以上のママ。今回は6組の親子が参加されました。

初参加の方もいましたが、同世代のママ同士ということもありすぐに打ち解け、日々の子育てや仕事、思い出話し等々みんなで色々な話をしました♪

参加されたママは「みんなのお話聞いておもしろかった～」「またぜひ参加したい！」とおっしゃっていました。

アラフォーママサロンは毎月第2木曜日に開催しています。親子での参加もママのみの参加もOKです！



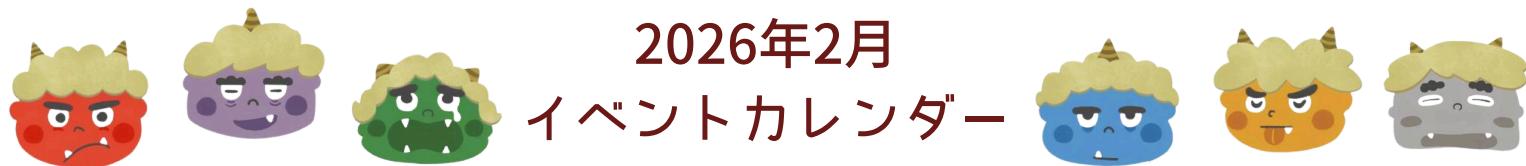
次回は
2/12(木)です
ご参加
お待ちして
あります！

あやこde音・動・楽♪

今回の参加者は1歳2ヶ月～2歳2ヶ月までの親子、4組の参加でした。歩けるようになって大人やお友達のまねっこが大好きなこの年齢。ピアノにあわせて走ったり歩いたり、身体を横にして全身をゆらしたりハイハイして動いたり、講師のまねっこをして楽しみました。寒い冬ですが身体がポカポカあたたかくなりました。また冬にちなんで、やわらかいボールを雪玉に見立てて雪合戦をしたり、ひざ掛けサイズの毛布の上にのりママがひっぱって、毛布そりも楽しみました。



制作では絵の具を2色使い、手形をトリオニにしました。たくさんある色の中から自分が好きな色を選び筆で手に塗りました。不思議な感触、冷たいすぐったいなどを体験しました。



2026年2月 イベントカレンダー

親子つどいの広場まんま

開設日

月～金曜日 9:30～15:00 (お休み 休)



予約が必要なイベントがあります。

詳細はHPまたは

Instagramをご覧ください。



Instagram

日	月	火	水	木	金	土
1 休	2	3 ベビィサロン【前期】 <赤ちゃんの姿勢>	4	5 まんぶく食堂	6 幼児食のお話	7 にこば 親子サロン
8 休	9	10 ベビィサロン【前期】 <赤ちゃんの姿勢>	11 休	12 アラ40ママ サロン PM休	13 女性cafe リアリゼ	14 休
15 ママ塾 <small>うちの子猫背 (偏頭痛と肩こり)</small>	16	17 ベビィサロン【後期】 <赤ちゃんの姿勢>	18 女性cafe リアリゼ	19 おやこde 音・動・楽♪	20	21 わらわら～っと 広場
22 休	23 休	24 ベビィサロン【後期】 <赤ちゃんの姿勢>	25	26 お誕生会 まんぶく食堂	27	28 休

被災地支援

能登半島地震から2年…
かもママは被災地支援を
続けています。



12月2日、輪島わくわくおもちゃ図書館主催のクリスマス会に、子ども用のプレゼント（トートバッグ、お菓子、シール）、アレルギーのお子さん用のお菓子、ママ用のプレゼント（エコバックとハンカチ）をお届けしました。子どもたち、ママ達にも大変喜んでいただきました。

今年に入り1月13日、ママたちの居場所となっているインスタントハウス（ポケットハウス）の中を整備してきました。キューブ型のボックスを10個とベンチにもなるボックス（オーダー品）を3個、和風の飾り棚を持ち込み、ダッドウェイ様からご寄付頂いたおもちゃや絵本、茶話会グッズなどを収め整理しました。子どもが遊ぶスペースになるように天然素材のじゅうたんも敷き、ようやく居場所が完成、管理者の方や利用されているママたちに大変喜んでいただけました。

今回はニチレイMIRAlterrace財団様からの助成金を使わせていただきました。ありがとうございました。



かがにこにこパーク 2月のイベント

2月22日(日)はツインズデー
(双子・三つ子の日)です。

かがにこにこパークでは
当日に来館された多胎児家庭
のお子さんに記念品を配布
致します。

たくさんのご来館をお待ち
しております。



かがにこにこパークでは
皆様のお声を元に
もっと楽しいにこばに
していきたいと思い、
にこばアンケートを
WEB上に開設しました。
ご協力をお願いいたします！

皆様のご回答を
お待ちしております。

