



# 小倉南区親子ふれあいルーム さざん・ニュース

第145号 2022年2月25日発行  
所在地 〒802-0816  
小倉南区若園5丁目1番5号  
(小倉南生涯学習センター1階)  
発行者 コラボキャンパスネットワーク  
親子ふれあいルーム実行委員会  
連絡先 TEL&FAX 093-922-5036



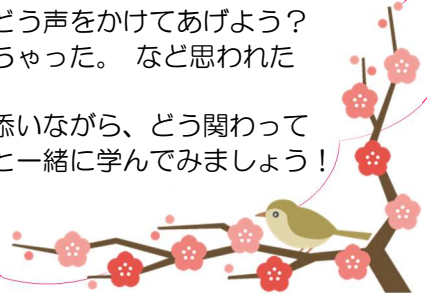
3月企画の  
お知らせ

## 「発達のおはなし

## ～こころとからだの育ちをうながすコトバかけ」

- \* 日時: 3月17日(木) 10:15~11:45
- \* 講師: 税田慶昭(さいた やすあき)先生  
(北九州市立大学・臨床心理士)
- \* 会場: 小倉南生涯学習センター3F 和室
- \* 定員: 先着 8名
- \* 参加費無料
- \* 申込: 3月3日(木) 10:00より来所またはお電話で。

毎月さざんで行われるハテナタイムの講師、さいた先生に、乳幼児期の心と体の育ちについてわかりやすくお話をうかがいます。こんな時～子どもにどう声をかけてあげよう？ついこんなこと言っちゃった。など思われた経験はありませんか。子どもの成長に寄り添いながら、どう関わっていきたいのか、先生と一緒に学んでみましょう！



※企画の時間中は、遊びたくなっただお子さんの見守りがあります。(託児ではありません)

## グランマ DAY (10:00~12:00) とコラボ!

【グランマ DAY】は、祖父母世代が若い世代と交流しながら「昔遊び」「暮らしや子育ての知恵」などを伝えたいという、多世代交流企画です。「高齢社会をよくする北九州女性の会」のメンバーにより奇数月に開催しています。

## 赤ちゃんのシェアスタートプログラム ~はじめての絵本~

絵本は、赤ちゃんの心と言葉を育てます。  
はじめませんか?絵本のある生活。

- 日時: 3月15日(火) 11:00~11:40
- 会場: さざん
- 対象: おおむね1歳未満のお子さんを持つ保護者
- 定員: 6組 (先着順・要予約) / 参加費: 無料
- 申込: 3月1日(火) 10:00より 来所またはお電話で

## 赤ちゃんの「シェアスタートプログラム」とは?

赤ちゃんのたしかな育ちのために、赤ちゃん時代に知ってほしいミニセミナーを年間を通して、くりかえし、4つのテーマで開催します。

~テーマ~

「おんぶとだっこセミナー」「チカラを抜いて、離乳食」「はじめての絵本」「乳幼児とメディア~スマホにご用心」

### ☆絵本の読み聞かせ☆



- 4日(金) スタッフ 14:00~
- 10日(木) おはなしアリス 11:00~
- ☆うたってあそぼう! ☆
- 28日(月) 10:30~

企画の定員はありませんが、さざんの利用予約が必要です。

## 3月のご案内

休所日 2日(水)・16日(水)・21日(月・祝)  
土曜開所日 5日(土)・19日(土)

### ☆停電のお知らせ☆

14日(月) 8:30~11:30

定期点検のため、停電します。

停電の間は電話も通じません。ご不自由をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

ここで出会おう ここでわかちあおう さざん♪

小倉南区親子ふれあいルーム「さざん」は、  
おおむね3歳未満の乳幼児親子の交流の場です

\*利用料金: 無料 \*開所時間: 10時~16時  
現在【10:00~12:30】【13:30~16:00】の入替え制/要予約  
\*開所日: 月~金曜日(第1・3水曜日は除く)、第1・3土曜日  
\*休所日: 第1・3水曜日・土曜日(第1・3は除く)・日曜日・祝日・  
年末年始  
【天候によっては、急な休所になることがあります。お出かけ前にブログ・  
Instagram・HP等をご確認ください。】

# 1月企画 骨盤体操～自分のからだをいたわろう～のご報告

1月21日(金) 10:30～11:45 講師：衛藤真美さん

助産師の衛藤さんより、産後の身体の変化についてお話をしていただき、どのように身体を動かせば良いか感じながら、みなさんと身体を動かしていきました。

私自身も産後、ムリをしていたつもりはなかったのですが、ふとした拍子で、ぎっくり腰をしたことがあるので、このお話を聞くと、出産という大きな変化が起こった身体は、時間をかけて労らないといけないんだなと、改めて感じました。

参加者のみなさんも、短い時間でしたが、自分と向き合う時間ができていたようでした。(スタッフ A)

※この日は グランマ DAY とコラボで、グランマによる見守りがありました※



## グランマの声より

・骨盤は年をとっても大事な所だと思いますので今のうちに整えておくことは必要かと思えます。  
・子育ての大変さがつづく中、ママ自身の身体をいたわる衛藤さんの言葉がとても印象的でした。親子一緒に講座参加でほほえましい場面がありました。

## 参加者のアンケートより

体がうごかして、ゆったりした時間が過ごせました。無理のない範囲で体を動かす方がいいとのことと無理しがちな産後の身体にうれしいお話が聞けました。



## 随時受付～来所または電話で～

### 子育てハテナタイム

3月17日(木) 13:00～15:00

【都合により、今月は時間と会場が変更になっています！】

子どもの行動でわからないことや「こんな時どう関わったらいいのかな?」と思うことがあったら、どうぞお気軽に北九州市立大学・税田慶昭先生(発達心理学・臨床心理士)にご相談ください。

\*定員 4名(定員に達していない場合は、当日申込みでもOKです)

\*会場:小倉南生涯学習センター3F 和室

### 保育サービスコンシェルジュ

in さざん

3月15日(火)14:00～15:00

\*原則第3火曜日

\*定員 5名 要予約

\*相談中のお子さんの見守りはありませんが、さざんで子どもと遊びながら、気軽に幼稚園・保育園のことをきいてみませんか?

### 保育士の出張相談

3月18日(金)

10:00～12:30/13:30～15:00

\*相談場所はさざんのフロア

\*相談時間は、ひとり30分程度

\*予約優先

\*相談中のお子さんの見守りはありませんが、子どもと遊びながら、気軽に相談していませんか?

## 3月のミニ企画のお知らせ

### 「親と子どものための遊び場～プレイセンターって、なに??」

3月23日(水) 10:30～11:30

新しい出会いにワクワクする春...

子どもと一緒に遊べる居場所を探している。身近な子育て情報や仲間がほしい。そんな方にぜひ、知ってほしい!北九州市内4カ所ある「プレイセンター」で活動している親子のお話を一緒に聞いてみませんか?

会場:小倉南生涯学習センター3階和室

定員:先着:10組(先着順・要申込)

対象:ねんねの赤ちゃんの親子からどうぞ!

参加費:無料/申込:3月8日(火)10:00より

※来所またはお電話で

## ズレママ・ズレパパのためのおしゃべり会 とことこ

～リアル、オンライン 両方参加可能です～

助産師のママといっしょに、出産や、出産後の生活で、不安なこと、ききたいこと、なんでもおしゃべりできる時間です。どうぞ、お気軽にお申込みください

日時:3月19日(土) 10:15～11:15

会場:さざん/参加費:無料/進行役:中武友恵さん(助産師・子育て中のママ)

定員:6名(先着順・要予約)～ママだけ、パパだけでも参加できます～

申込:来所または電話で。

※オンライン希望の方は必ず前日の16:00までにメールをください。

担当 haru2020@jcom.home.ne.jp

節分に、鬼さんが遊びにきてくれました。長尾校区ボランティアの安部幸雄さん、ご協力ありがとうございました。



## ホームページのご案内

さざんホームページ <http://sa-zan.jp/ml/>

スタッフブログ <https://ameblo.jp/hureai-sazan/>

Instagram <http://instagram.com/sazanml/>



HP



ブログ



インスタ

\*企画の様子や「さざん」の最新情報をお届けしています。  
\*北九州市立大学のHPの地域貢献のページで「さざんニュース」のバックナンバーをご覧いただけます。

「小倉南区親子ふれあいルーム」「sazanml」で検索できます。

## 編集後記

長男が今年の春に高校を卒業しました。思い返すと、いろんなことがありました。なかなか寝てくれず、だっこして座ったまま寝ていた乳児期。幼稚園バスから降りると、「1つだけ貰っとこ!」と旅行会社のチラシを必ず貰って帰っていた年少さんの頃。弟と妹が生まれ、お兄ちゃんとして頑張ってくれた小学生の時。表だって反抗することはなかったけれど、実はしすか〜に来ていた反抗期。そして、コロナ禍の中、ほとんど行事がなかったけれども、毎日楽しそうだった高校生の時間。あつという間の18年間……。とんどん大人になっていく息子のことをうれしいと思いながらも、「まだまだ子どもでいてほしいな」とちょっとだけさみしさを感じている今年の春です。(編集人:H)