



小倉南区親子ふれあいルーム

さざん・ニュース

★「さざん」はルームの愛称です

第157号 2023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

◆月企画のおしらせ◆

## メディアをなんとかしないと、 ずっと育ちに影響があるらしい

講師：古野 陽一さん(子どもとメディア常務理事)

学童期・思春期に、なにが起きているの??  
子どもの育ちへのメディアの影響を、なが〜視点で  
みつめます。乳幼児期にできることってもしかしたら  
たくさんあるかも?!

●講師 プロフィール ●

(株)喜楽学舎代表・(一社)ジェイス理事など。第2子出産前  
から子ども・子育ての様々な活動に関わる。特に当時ビデオ演  
じて育てていた第1子がアウトメディアの取り組みで劇的に  
変化したことをきっかけに、ゲーム制作者、IT技術者の知見  
も踏まえて、スマホ・ネット・ゲーム等と子どもの関わり方  
についてワークショップや講演会で啓発活動を行っている。



## グランマ DAY と コラボ

14:00~16:00

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。

日時：3月4日(土) 14:00~15:45

会場：小倉南生涯学習センター3F 和室

定員：おおむね12組(先着順・要予約)

対象：パパ優先受付

参加費：無料

申込：1月26日(木)10時~ ※来所または電話で

\*企画開催時間中は、遊びたくなったお子さんの見守りが  
あります。(託児ではありません)

## 3月のご案内①

赤ちゃんのシェアスタートプログラム

### はじめての絵本

絵本の読み聞かせは、赤ちゃんの心と言葉を育てます。  
はじめませんか?大人も子どももホッとする  
絵本のある暮らし。

3月6日(月) 14:00~14:40

会場：さざん 参加費：無料

定員：5組(先着順・要予約)

対象：おおむね1歳未満のお子さんを持つ保護者

申込：2月21日(火)10時~ ※来所または電話で

ワークショップ

### 赤ちゃんとお遊

赤ちゃんはどうやって遊んでいるのかな?  
DVDをつかって、赤ちゃんの遊びについて考えましょう。

3月9日(木) 10:00~11:30

会場：小倉南生涯学習センター3F 和室 参加費：無料

講師：スタッフ

定員：6組(先着順・要予約)

対象：子ども連れの方は1歳0ヶ月以下の子どもまで

(見守りはありません)

支援者の方もぜひどうぞ!

申込：2月22日(水)10時~ ※来所または電話で

### 絵本のよみきかせ

3月9日(木) 11:00~(おはなしアリス)

3月28日(火) 14:00~(スタッフ)



うたってあそぼう!

3月20日(月) 10:30~

\*上記2企画は申込不要です(さざん利用予約が必要)

おしゃべり会

### しゃべり場ほっとタイム

月齢の近い方々と、おしゃべりしませんか?  
ぜひ、お気軽にご参加下さい!

3月8日(水) 14:00~15:00

会場：さざん 参加費：無料

定員：4組(先着順・要予約)

対象：2歳児の保護者(大人のみの参加も大歓迎!)

申込：2月21日(火)10時~ ※来所または電話で

ミニ企画

### 親と子どものための遊び場

~プレイセンターって、なあに??

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たり、  
おしゃべりしたりしませんか?

3月22日(水) 10:30~11:45

会場：小倉南生涯学習センター3F 和室 参加費：無料

定員：おおむね12組(先着順・要予約)

対象：ねんねの赤ちゃんの親子からどうぞ!

申込：3月7日(火)10時~ ※来所または電話で



3月の「とことこ」は、都合によりお休みします  
またお会いしましょう◎

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：10:00~16:00

現在【10:00~12:30】【13:30~16:00】の入替え制、要予約

予約について 週2回、午前・午後どちらでも予約を受付けます。

◆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、第2・4・5土曜日、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・インスタグラム・HP等をご確認ください。】



## 企画報告

①

# 「骨盤体操～自分のからだをいたわろう～」

日時：1月24日(火)10:30～ 講師：衛藤真美さん(助産師)



助産師である衛藤さんに、子どものことや自分自身の身体のことなど、気になることを話しながら和やかな雰囲気から始まりました。

産後の身体は自分たちが想像している以上に大きなダメージを受けています。なので本当は自分の身体をもっともっといたわらなければなりません。ですが、子育てで日々追われることが多くなかなか難しいですね。

日常のなかで取り入れられる動きや、避けた方がよい動きを教えてもらい、少し意識するだけで姿勢が変わってくることも気づくことができました。

短い時間でしたがみなさん自分の身体に目を向ける時間になりました。

(スタッフ A)

### 参加者の感想

あまり体を動かす機会が無かったので、今回動かすことが出来てよかったです。姿勢がゆがんでいたのが正しい姿勢を教えてもらえてよかったです。

産後のゆがみが気になっていたのですが、なかなか改善するタイミングがなかったので、子どもと一緒に同じ月齢のお母さんたちと交流しながら教わってよかったです。

### گرانマの感想

当日はگرانマによる見守りがありました

日常生活の中で、少し意識して気にかけることが自分のからだをいたわることになると実感。子どもたちはオモチャよりもママの動きに興味津々。楽しそうでしたよ。

子どもさんのお世話に手がかり、なかなか自分自身に気が回リません。私自身もしばらく腰が痛く今も左側に寄っています。機会があれば是非受けてほしいです。



## 企画報告

②

# 「節分 鬼さん登場！」

日時：2月3日(金)14:00～



子ども達は泣いたりポカンとしたりで、にぎやかな節分でした。

鬼さんは「イクジイの会」倉光さん。

(スタッフ H)



## 3月のご案内②

### 子育てハテナタイム

3月16日(木) 10:00～12:00

子どもの行動でわからないことがあったら、どうぞ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組

\*定員に達していない場合は当日申込でもOKです

### 保育サービスコンシェルジュ in さざん

3月14日(火) 14:00～15:00

\*原則第3火曜日 3月は第2火曜日です

\*定員：5組

\*気軽に幼稚園・保育園のことを聞いてみませんか？

### 保育士の出張相談

3月22日(水)

10:00～12:30 / 13:30～15:00

\*相談時間はひとり30分程度

\*予約優先

～子どもと遊びながら、気軽に相談してみませんか？ 予約随時受付 来所または電話で！～

土曜開所日 4日・18日

水曜休所日 1日・15日



## 最新情報はさざんのホームページ&SNSにて発信中！



ホームページ



Instagram



ブログ「さざん日記」

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、地域貢献のページで、さざんニュースのバックナンバーもご覧いただけます。

### 編集後記

もともと寒さには弱いのですが、今年の寒さは特にこたえる～。好きなコーヒーも控えめに、ショウガなどを入れたドリンクを飲むようになりました。体の中からポカポカになり、毎日なんとか乗り切っています。いろんなあったかドリンクを試してみたいなあと思う今日この頃です。(編集人 O)

### 【さざんの新型コロナウイルス感染症対策】

市の基本的なガイドラインに沿って対応しています。事前に利用予約を電話または来所で受け付けます。(午前・午後入替え制) 詳しくはHPをご覧ください。