



## 子育て情報



### 離乳食教室

離乳食の進め方の講話や体重測定、簡単な離乳食作り体験と試食(保護者のみ)を行っています。

●日時 1月19日(火)／午後1時30分～3時30分  
(受付 午後1時15分～30分)

●対象 生後4か月～1歳児とその家族

●会場 総合保健福祉センター「あすてらす」

●持参するもの 母子健康手帳、バスタオル、その他おむつやミルクなど必要なもの

※前日までに電話予約をお願いします。

●問い合わせ先 健康課健康推進係 ☎ 72-6666



### 発達相談

子育てする上で困っていることや悩んでいることがあったり、乳幼児健診や就園先などの様子の中で発達面で気になることがあるお子さんの相談会を行っています。こぐま福祉会の専門スタッフが、個別に相談に応じますのでお気軽にご利用ください。(※予約優先)

●日時 1月9日(土)／午前10時～正午

●会場 総合保健福祉センター「あすてらす」

●問い合わせ先 社会福祉法人こぐま福祉会  
担当：入部、橋本 ☎ 72-7221



### ようこそ赤ちゃん教室

～赤ちゃんを迎える家族の教室～

●対象 妊婦さんとその家族

●期日／内容

| 開催日時                                      | 内 容                                                  |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 第3回<br>1月15日(金)／午後1時30分～3時30分             | お産の経過について、おなかの赤ちゃんとお話をしよう(呼吸法)                       |
| 第4回<br>1月22日(金)／午後1時30分～3時30分<br>(託児できます) | 母乳育児について、新生児の特徴、扱い方、ハンドマッサージ<br>※妊娠5か月からの参加をおすすめします。 |

※動きやすい服装でお越しください。

●会場 総合保健福祉センター「あすてらす」

●持参するもの 母子健康手帳

●問い合わせ先 健康課健康推進係 ☎ 72-6666



### 育児・発育相談

身長・体重測定や育児相談(離乳食・育児についてなど)を行っています。

●日時 1月21日(木)／午前9時30分～10時30分

●対象 0歳～就学前の乳幼児

●会場 総合保健福祉センター「あすてらす」検診室

●持参するもの 母子健康手帳、バスタオル

●問い合わせ先 健康課健康推進係 ☎ 72-6666

## のびのび通信



### のびのび教室(時間は、いずれも午前10時～正午)

| 期 日      | 会 場        | 校 区(小学校)   | 活動内容(持ってくるもの)                                                                                                                                                                             |
|----------|------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1月5日(火)  | 味坂校区公民館    | 宝城(味坂・御原小) | おやつ作り(濡れおしぼり・水筒・皿)                                                                                                                                                                        |
| 1月12日(火) | 小郡交流センター   | 小郡(小郡小)    | おもちゃ作り バドミントンをしよう!                                                                                                                                                                        |
| 1月19日(火) | くろつち会館     | 立石(立石小)    | <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;">             持ってくる物<br/>・トレイ<br/>・牛乳パック           </div> </div> |
| 1月26日(火) | 人権教育啓発センター | 大原(大原・東野小) |                                                                                                                                                                                           |

### のびのびオープンルーム

時間はいずれも午前10時～正午です。

※時間内に自由に参加してください。

| 期 日      | 会 場          | 活動内容               |
|----------|--------------|--------------------|
| 1月8日(金)  | あすてらす 多目的ホール | 親子で自由に遊ぶ場・交流の場<br> |
| 1月15日(金) | 生涯学習センター 研修室 |                    |
| 1月22日(金) | あすてらす 多目的ホール |                    |
| 1月29日(金) | ひまわり館東野ホール   |                    |

※日時・会場をお間違えないようにご参加ください。

### ☆リフレッシュ講座 のびのびフィットネスⅢ

『ダイエット体操 ボクササイズですっきりエクササイズ』

日時 ①1月14日(木)②2月4日(木)③3月4日(木)  
午前10時～正午

講師 那須儀治さん

会場 小郡市武道場

対象者 未就園児の保護者 20人  
3回連続して受講できる人

※講座・託児共に要予約

※『のびのびフィットネスⅠ・Ⅱ』に参加された人は定員に満たない時のみの受付とさせていただきます。



12月21日(月)  
午前9時より  
電話受付開始

### ☆『子育てサークル』をつくろう!☆

子育てサークルは、親子が3組ほど集まればできます。既存のサークルを探すのもいいですし、もし自分にあったサークルがなければ作ってみませんか?

○たとえば、どんなことをするの?

- ・時間と場所を決めて親子で遊ぶ(公園、公民館などで)
- ・テーマを決めておしゃべり(子育ての悩み、趣味など)
- ・興味のあるものを親子で楽しむ(季節の行事、製作、読み聞かせなど)
- ・子どもたちは仲よく遊びながら、親も趣味を楽しむ(手芸、料理、スポーツ、音楽活動など)

○支援センターは子育てサークル活動のお手伝いをしています。

- ・立ち上げのための支援→活動が軌道に乗るまでの援助
- ・活動計画、活動内容のアドバイス
- ・おもちゃ・紙芝居の貸し出し
- ・活動場所のお世話等...

お気軽にご連絡ください!

### \*家庭訪問を実施しています\*

子育て、ひとりで悩んでいませんか。こちらから伺います。まずはお電話ください。  
(電話・来所・メールでの子育て相談も受付中)