

10月のほ・け・ん

マークは託児あり
*託児は無料。1週間前までに
申し込んでください

《乳幼児健診》 子ども家庭課 ☎(36)1365

健診名	対象	日にち	受付時間
4カ月健診	H26.5.16～H26.5.31生	10月7日(火)	13:30～14:00
	H26.6.1～H26.6.15生	10月28日(火)	
	H26.6.16～H26.6.30生	11月4日(火)	
1歳6カ月健診	H25.3.1～H25.3.15生	10月9日(木)	
	H25.3.16～H25.3.31生	10月20日(月)	
	H25.4.1～H25.4.15生	11月6日(木)	
3歳健診	H23.9.1～H23.9.15生	10月15日(水)	
	H23.9.16～H23.9.30生	10月30日(木)	

●場所 メイトム宗像・多目的ホール

《妊婦と子どもなんでも相談室》 子ども家庭課 ☎(36)1365

日にち	受付時間	対象	内容
10月22日(水)	9:30～11:00	妊娠から4歳まで	妊娠中の食事、おっぱいや離乳食、育児の相談(離乳食コーナーは10:00から開始)

●場所 自由ヶ丘コミセン2階・会議室C(離乳食コーナーは1階・調理室)

《献血》 健康づくり課 ☎(36)1187

日にち	場所	時間
10月5日(日)	ゆめタウン宗像店	10:00～12:30
		13:30～16:00
11月7日(金)	池野コミセン	10:00～12:30
	岬コミセン	14:00～16:00

わらわ

■俳句、川柳、短歌の各作品を随時募集中。①住所②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号を明記して、ハガキか郵送＝〒811-3492/住所不要/広報・報道担当さくびん各コーナーの係宛てへ応募してください。
*作品には、ふりがなを付けてください
*俳句は特に制限なし
*川柳は自由吟(雑詠)でハガキに5句以内
*短歌の添削を希望する場合は、必ず返信用封筒と82円切手2枚を添えて郵送(1人3首以内)
*11月1日号は「川柳」と「短歌」を掲載します
■問い合わせ先
秘書政策課広報・報道担当 ☎(36)1055

枝豆に夫のこだはる塩加減 河東 古野みわ子	ほろ酔ひや秋刀魚の焦げを嬉しがり 赤間西 あべみゑこ	十六夜のトランプジョーカー手を離れ 玄海 永島紀子	野獣の尻両手に連れて夜店かな 自由ヶ丘 上野柳子	母惚ぶ花火が腹にひびく夜は 東郷 江上侖子
敗戦忌銀舍利供え合掌す 岬 和田豊秋	古い染めてしゃべり疲れるバスツアー 赤間 梅川明美	ありがとう案山子に贈る松葉杖 日の里 小島敬子	企みは秘めて豆腐の口あたり 自由ヶ丘 神谷幸恵	夜八時突然ドンと花の雨 玄海 高橋カオル

俳句

川柳

《妊娠の届出・母子健康手帳交付(すこやかマタニティクラス)》

子ども家庭課 ☎(36)1365

日にち	場所	内容
10月3日(金)	市役所北館201会議室	母子健康手帳、妊婦健康診査受診補助券の交付と説明、妊娠中の健康管理の話
10月10日(金)	市役所北館103会議室	
10月17日(金)		
10月24日(金)	市役所北館201会議室	
10月31日(金)	市役所北館103会議室	
11月7日(金)		

●受付時間 10:15～10:30(所要時間は1時間程度)

《たまご学級》 子ども家庭課 ☎(36)1365

コース	内容	日にち	受付時間
1コース	妊娠中のなんでも相談室 ～一緒に語り合しましょう～ 妊娠中の歯について	10月3日(金)	13:30～13:50
2コース	どんなお産にしたい? ～自分と赤ちゃんのことを 考えてみよう～	10月24日(金)	
3コース	心とカラダのリフレッシュ	11月7日(金)	

●全コース予約制 3日前までに事前申込必要

●所要時間 2時間程度

●場所 メイトム宗像

●持参品 母子健康手帳、筆記用具

《県小児救急医療電話相談》

日にち	時間	内容	電話番号
毎日	19:00～翌朝7:00	病気、けが、薬、応急処置など	▽短縮＝☎#8000 ▽専用＝☎092(725)2540(福岡) ☎093(662)6700(北九州)

*電話がダイヤル回線の人は専用電話番号を利用してください

《宗像医師会病院健診センター健康教室・健康相談》

日にち	時間	内容
10月10日(金)	14:00～16:00	生活習慣病を予防・改善する運動療法

●場所 宗像地域医療センター3階・講堂(田熊)

●料金 無料

*健康相談は同センター2階・健診センターで15:00～16:00実施

■問い合わせ先 宗像医師会病院健診センター ☎(37)0007

施設だより

子育て支援センター「ふらっこ」

メイトム宗像内
☎(37)3741

申込方法の記載がないものは、参加自由。交流室利用以外は、市民が優先です。

【「ふらっこ」交流室】

乳幼児と保護者が一緒にいつでも利用できます。

●開館日 月～金曜日、第2土曜日

*10月は、第2水曜日(8日)の午後、13日(月・祝)が休館

●開館時間 10:00～15:30

【満1歳のお誕生会&食育ミニ講座】

●日時 10月22日(水)

10:30～12:00

●会場 メイトム宗像・健診室

●対象 10月に1歳になる子どもと保護者

*終了後、昼食会あり(弁当持参)

【①初めての子育て学級

「赤ちゃんくらぶ」

●日時 10月25日(土)10:30～12:00
●場所 「ふらっこ」交流室(メイトム宗像内)

●内容 わらべうた、絵本の読み聞かせ、赤ちゃん交流会など

●対象 0～1歳前後までの第1子の子

子どもと保護者

●定員 先着12組

●持参品 お茶、バスタオル

●申込開始日時 10月6日(月)10:00

【②ワンポイント子育て講座～子育てのポイントを学びませんか?～】

子育て中の保護者の育児力を高めるために、親子関係、しつけなどの子育ての基本を学ぶ講座を開催。全3回。受講無料。

日程	テーマ
第1回 10月30日(木)	親子関係をはぐくむ～親子のコミュニケーションとしつけ～
第2回 11月6日(木)	子どもと生活習慣～子どもの睡眠、食事、遊び～
第3回 11月13日(木)	我が家流の子育てを

●時間 10:00～12:00(受付9:45)

●会場 メイトム宗像・103、201会議室(託児は健診室か多目的ホール)

●講師 桑野嘉津子さん(元市子育て支援センター所長)

●対象 子育て中かその予定の父母、祖父母、子育てに関心のある市民

●定員 先着15人

●持参品 筆記用具

●託児 無料(5カ月～就学前)

*託児は10月22日(水)までに事前申込必要。市民に限る