

# 11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. 6.16 ~ H26. 6.30生	11月 4日(火)	13:30 ~ 14:00
	H26. 7. 1 ~ H26. 7.15生	11月19日(水)	
	H26. 7.16 ~ H26. 7.31生	12月 2日(火)	
1歳6カ月健診	H25. 4. 1 ~ H25. 4.15生	11月 6日(木)	
	H25. 4.16 ~ H25. 4.30生	11月20日(木)	
	H25. 5. 1 ~ H25. 5.15生	12月 9日(火)	
3歳健診	H23.10. 1 ~ H23.10.15生	11月14日(金)	
	H23.10.16 ~ H23.10.31生	11月25日(火)	

●場所 メイトム宗像・多目的ホール

## 《乳幼児健診・大島地区分》 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. 1 ~ H26. 7.31生	11月10日(月)	13:00 ~ 13:30
1歳6カ月健診	H25. 3. 1 ~ H25. 5.31生		
3歳健診	H23. 9. 1 ~ H23. 11.30生		

●場所 大島福祉センター(ふれ愛センター)

## 《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
11月 7、14、21日 *いずれも金曜日	市役所北館103会議室	妊婦健康診査受診補助券の交付、母子健康手帳の説明、妊娠中の健康管理の話
11月28日(金)	市役所本館201会議室	
12月 5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
3コース	心とカラダのリフレッシュ	11月 7日(金)	13:30 ~ 13:50
4コース	ママのおっぱい大好き! ~おっぱいのはなし~	12月 5日(金)	
パパ・ママコース (沐浴教室)	パパとママ一緒に子育てについて考えましょう ~赤ちゃんのお風呂体験~	11月15日(土)	
パパ・ママコース (栄養コース)	パパも知ろうよ! 赤ちゃんを育てる食事のはなし ~ママの食事で大きくなるよ~	11月29日(土)	

- 全コース予約制 3日前までに事前申込必要
- \*パパ・ママコース(沐浴・栄養コース)は先着18組まで
- \*パパ・ママコース(栄養コース)は開催日の1週間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
- \*栄養コースのみ河東コミセン
- 持参品
- ▽全コース=母子健康手帳、筆記用具
- ▽パパ・ママコース(沐浴教室)=エプロン、タオル
- ▽パパ・ママコース(栄養コース)=エプロン、三角巾、試食用のお箸、ふきん(2枚)、お茶などの飲み物
- \*パパとママ2人分必要です

## 《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
11月26日(水)	9:30 ~ 11:00	妊娠期から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・C会議室(離乳食コーナーは1階・調理室)

## 《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方は専用電話番号を利用してください

## 《献血》 健康づくり課 ☎(36)1187

日にち	場所	時間
11月 7日(金)	池野コミセン	10:00 ~ 12:30
	岬コミセン	14:00 ~ 16:00
11月11日(火)	道の駅むなかた	9:30 ~ 12:30
	宗像大社	14:30 ~ 16:00

## 《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
11月14日(金)	14:00 ~ 16:00	糖尿病の話

- 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



## 子育て支援センター「ふらこっこ」

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。

### 【「ふらこっこ」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(8日)
- \*11月は、第2水曜日(12日)の午後、3日(月・祝)、24日(月・振休)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 11月26日(水) 10:30~12:00
- 会場 メイトム宗像・健診室
- 対象 11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 11月29日(土)10:30~12:00
- 場所 「ふらこっこ」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、赤ちゃんと交流会など
- 対象 0~1歳前後までの第1子の子どもと保護者
- 定員 先着12組
- 持参品 お茶、バスタオル

### 【②トゥインクル☆クラブ

~クリスマスグッズをつくろう~

- 日時 12月5日(金)10:00~12:00(受付9:45)
- 場所 メイトム宗像・健診室
- 対象 双子以上の乳幼児と保護者、出産予定の人
- 定員 先着15組
- 内容 クリスマスグッズ作り、保健師さんを交えての座談会、親子遊び、お話など
- 持参品 お茶、タオル
- (①~②共通事項)
- 申込開始日時 11月5日(水)10:00

## 川柳

冷凍魚アツと口開けそのまんま  
河東 高橋智恵子

予知なのか避難訓練深海魚  
玄海 早川祥三

あばら家を空き家と見られ値踏みされ  
日の里 平山美佐子

斜めに打った釘で快調さを保つ  
自由ヶ丘 神谷幸恵

かけっこで一等賞の孫の笑み  
赤間 白木スミカ

## さしこ

俳句、川柳、短歌の各作品を随時募集しています。①住所②氏名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・報道担当さくひん各コーナーの係宛てへ応募してください。  
\*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

川清掃河口近くの汽水水域浚え拾いて清々さ満つ  
日の里 村尾浩二

さみだれの梅雨の間白く光さしまめなる虫の羽音賑わし  
池野 伊藤平七郎

暑き朝入れし補聴器せみ時雨束の間止めど激しく鳴きつぐ  
日の里 江崎幸子

音立てて雨の降りたる明け方は夏の終わりが体冷えたり  
東郷 室園良雄

沖縄の澄みたる海に雪のごと舞うは珊瑚か産みたる卵  
自由ヶ丘 金子勲子

\*短歌は作品添削あり。1人3首以内。希望する場合は、返信用82円切手2枚を添えて郵送  
\*平成26年12月1日号は「短歌」と「俳句」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