

4月のほ・け・ん

●マークのある講座は託児あり
*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	H24.11.16～H24.11.30生	4月4日(木)	13:30～14:00
	H24.12.1～H24.12.15生	4月18日(木)	
	H24.12.16～H24.12.31生	5月1日(水)	
1歳6カ月健診	H23.9.1～H23.9.15生	4月11日(木)	
	H23.9.16～H23.9.30生	4月25日(木)	
3歳健診	H22.3.1～H22.3.15生	4月9日(火)	
	H22.3.16～H22.3.31生	4月23日(火)	
	H22.4.1～H22.4.15生	5月9日(木)	

●場所 メイトム宗像・多目的ホール

《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	4月12日(金)	13:30～13:50
2コース	どんなお産にしたい? ～赤ちゃん和我的ことを 考えてみよう～	4月19日(金)	
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～	4月27日(土)	

- 全コース予約制 3日前までに要予約
- 所要時間 2時間程度
- 場所 メイトム宗像



●持参品

- ▽全コース=母子健康手帳、筆記用具
- ▽パパママコース(栄養コース)=試食用のお箸、ふきん2枚、お茶、エプロン、三角巾
- *パパとママ用の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
4月24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から受付)

●場所 メイトム宗像・多目的ホール(離乳食コーナーは2階・調理室)

《献血》

健康づくり課 ☎(36)1187

日にち	場所	時間
4月5日(金)	日本赤十字九州国際看護大学	①10:00～11:30 ②12:30～16:00
5月8日(水)	市役所	10:00～16:00

《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
4月12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

さくらんぼ

■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(住所不要) = 〒811-3492/広報・報道担当さくひん各コーナーの係宛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
*短歌は作品添削あり。1人3首以内。希望する場合は、返信用80円切手2枚を添えて郵送
*5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

俳句

姉の忌は二月遠嶺に星にじみ 東郷 占部詩子

大木の瘤の艶めく春しぐれ 日の里 堤田博子

目鼻口置きてととのふ雪だるま 日の里 大野順子

霏ぐもりいつもの位置に鳥二つ 日の里 真角多賀子

河東 内村美砂子

橋の芽のほぐれし宮の神事かな

川柳

同じこと何度も辞書は疲れ切り 自由ヶ丘 神谷幸恵

ふるさとを捨てたこの身に二度の春 玄海 高橋カオル

日溜まりの温い車中の詩遊び 自由ヶ丘 上野柳子

恥じらいの少女のようなりんご剥く 東郷 山崎あざみ

どの箇所で紛れ込んだか黒い糸 自由ヶ丘 有松市子

施設だより

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(4月13日)
*4月は、第2水曜日(10日)の午後、29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 4月24日(水)10:30～12:00
●会場 メイトム宗像・健診室、和室
●対象 4月に1歳になる子どもと保護者

*昼食会あり(弁当持参)
【初めての子育て学級

「赤ちゃんくらぶ」
初めての赤ちゃんを子育て中の保護者を対象に開催。赤ちゃんと一緒に、子育て支援センター「ふらこっこ」のスタッフと、日ごろの子育ての悩みや少し不安に感じていることなどを気軽に話してみませんか。パパの参加も大歓迎です。

●日時 4月27日(土)10:30～12:00
●場所 子育て支援センター「ふらこっこ」交流室

●内容 わらべうた、絵本の読み聞かせ、赤ちゃんとの交流会など
●対象 0～1歳前後の第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
■申込方法 4月5日(金)10:00から、子育て支援センターへ次のいずれかの方法で申し込む
▽☎(37)3741
▽直接窓口

【ふらこっこひろば&子育てミニ講座】 ～春風と散歩～

●日時 5月1日(水)10:00～11:30(受付9:45)

●場所 メイトム宗像・多目的ホール
●内容 フィールドビンゴ、お散歩

●対象 1歳以上の乳幼児と保護者
●定員 親子合わせて先着60人

●持参品 お茶、タオル
■申込方法 4月5日(金)10:00から、子育て支援センターへ次のいずれかの方法で申し込む

▽☎(37)3741
▽直接窓口

【ワンポイント子育て講座】

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回連続講座。受講無料。

日程	テーマ
5月13日(月)	「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～」
同 20日(月)	「子どもと生活習慣～子どもの睡眠、食事、遊び～」
同 27日(月)	「我が家流の子育てを」

●時間 10:00～12:00(受付9:45)
●場所 メイトム宗像・101会議室

●講師 桑野嘉津子さん(元宗像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