

# 4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	H25.11.16～H25.11.30生	4月8日(火)	13:30～14:00
	H25.12.1～H25.12.15生	4月22日(火)	
	H25.12.16～H25.12.31生	5月1日(木)	
1歳6カ月健診	H24.9.1～H24.9.15生	4月10日(木)	
	H24.9.16～H24.9.30生	4月21日(月)	
3歳健診	H23.3.1～H23.3.15生	4月15日(火)	
	H23.3.16～H23.3.31生	4月30日(水)	

●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11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よう～	4月18日(金)	
3コース	心とカラダのリフレッシュ	5月9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

《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23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 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3日(木)	日赤看護大学	10:00～13:00
		14:00～16:00
5月8日(木)	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11日(金)	14:00～16:00	生活習慣病を予防・改善する運動療法
5月9日(金)		胃がん・大腸がんの健診

- 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

## 俳句

寒明けの雲ひらきけり鶯の笛  
日の里 井上和江

身の内の透けてゆくなり風花す  
日の里 堤田博子

リハビリの部屋の春光きらきらと  
自由ヶ丘 上野柳子

十年目実生の桃の咲きにけり  
赤間 柴田のり子

あたたかやぎゅうと背伸びの縁の猫  
東郷 田中フジエ

## 川柳

秘密基地こころの暦めくる朝  
日の里 小島英孝

肩に手をこの幸せに気が付かず  
自由ヶ丘 神谷幸恵

グラウンドゴルフに老いの血が騒ぐ  
東郷 野中敏治

ピアノ弾く猫の足跡ドレミファソ  
河東 櫻木嗣彦

鳥居への深いお辞儀を母娘  
自由ヶ丘 角ひさ子

# さくらん

■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・報道担当さくひん各コーナーの係宛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  
\*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



## 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。交流室利用以外は、市民優先です。

### 【「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(4月12日)  
\*4月は第2水曜日(9日)の午後、29日(火・祝)は休館  
●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23日(水)10:30～12:00  
●会場 メイトム宗像・健診室  
●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)

### 【①初めての子育て学級「赤ちゃんくらぶ」】

●日時 4月26日(土)10:30～12:00  
●場所 「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

### 【②ふらこっこひろば&子育てミニ講座「春を見つけに行こう」】

●日時 5月7日(水)10:00～11:30(受付9:45)  
●場所 メイトム宗像・多目的ホール、外庭

- 内容 散歩しながら春を見つけよう、親子遊び、お話しなど
- 対象 1歳以上の幼児と保護者
- 定員 親子合わせて先着60人
- 持参品 お茶、タオル、動きやすい服装

【③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12日(月)	親子関係ははぐくむ～親子のコミュニケーションとしつけ～
同19日(月)	子どもと生活習慣～子どもの睡眠、食事、遊び～
同26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
- 持参品 筆記用具
- 託児 無料(5カ月～就学前)
- \*託児は5月2日(金)までに事前申込必要

### 【④トゥインクル★クラブ「春を見つけよう」】

- 日時 5月17日(土)10:00～12:00
- 場所 メイトム宗像・健診室
- 内容 外遊び(みんなで散歩)、父の日カードづくり、親子遊び、情報交換など
- \*雨天時は、新聞遊びと座談会
- 対象 双子以上と保護者、出産予定の人
- 定員 先着15組
- 持参品 お茶、タオル、動きやすい服装