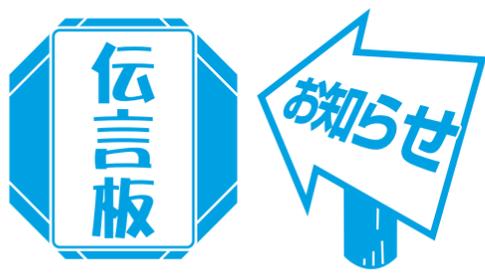


【おひさまルーム】
 ●日時 9月24日(木)
 午前10時～同11時30分
 ●場所 同保育園
 ●内容 園庭やプレイ
 ルームを遊びの場、保
 護者同士の情報交換の
 場として開放。育児相

赤間保育園
 子育て支援



保育士の無料体験実習
 ●日程 10月6日(火)
 同29日(木)の間の
 1日間、他
 ●時間 午前10時～午後
 3時
 ●場所 県内の各保育所
 (24カ所)
 ●内容 保育所などへ
 の再就職を支援する
 ため、保育所での体験

保育士の無料体験実習

●対象 近く遊び場がない、子どもをたくさん友達と遊ばせたいと思ってる保護者
 ●参加料 無料
 ●事前申込不要
 ●問い合わせ先 赤間保育園
 ☎(32) 6246

●対象 結婚、出産、定年退職などで、保育現場を離れている保育士
 ●定員 1回あたり5人
 ●その他 福岡県保育協会では、希望の勤務条件に合う保育所への就職あっせんも実施
 ●随時実習を受付。詳細は、同協会HP <http://www.fpk.jp/>で確認か、問い合わせを
 ●申込先 公益社団法人福岡県保育協会
 ☎092(582)7955

●随時実習を受付。詳細は、同協会HP <http://www.fpk.jp/>で確認か、問い合わせを

●随時実習を受付。詳細は、同協会HP <http://www.fpk.jp/>で確認か、問い合わせを

9月のほ・け・ん

【①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)】
 母子健康手帳の説明、妊婦健康診査受診補助券の交付、妊娠中の健康管理の話などを実施します。

●日程(いずれも金曜日)/場所
 ▽9月4・11・18・25日、10月2日/市役所北館・103会議室
 ●時間 ▽受付=10:15～10:30 ▽実施=10:30～11:30

【②妊婦と子どもなんでも相談室】
 妊娠中の食事、おっぱいや離乳食、育児の相談を受け付けます。
 ●日時 9月30日(水)9:30～11:00 *離乳食コーナーは10:00から
 ●場所 メイトム宗像・多目的ホール(離乳食コーナーは調理室)

【③たまご学級】
 ●日程/コース
 ▽9月4日(金)=4コース「ママのおっぱい大好き!」～おっぱいのはなし～
 ▽9月18日(金)=5コース「おなかの中から赤ちゃんを感じよう」～赤ちゃんのはなし～
 ▽9月26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」～和食のプチ調理実習～
 ●時間 ▽受付=13:30～13:50 ▽実施=13:50～16:00
 ●場所 メイトム宗像・和室 *パパ・ママコースは202会議室、調理室
 ●持参品 母子健康手帳、筆記用具
 *パパ・ママコースはエプロン、三角巾、試食用の箸、ふきん2枚、お茶(パパとママの2人分)も

●託児 無料(5カ月～未就学児) *託児は1週間前までに申込を
 ●申込締切日 各コースの3日前 *パパ・ママコースは先着18組

【①～③共通事項】
 ●申込・問い合わせ先 子ども家庭課子ども保健係 ☎(36)1365
 *その他、「乳幼児健康診査」「10カ月すくすく相談会」など、詳細は市HP <http://www.city.munakata.lg.jp/index.html>→「むむハグ。」→「目的で探す」→「相談・サポート」で確認か、子ども家庭課(西館1階)にある、「むなかた親子の健康づくり情報誌すくすく!」を見てください

【献血】
 ●日時/場所
 ▽9月25日(金)10:30～12:00、13:00～15:00/宗像漁協大島支所
 ▽9月27日(日)10:00～12:30、13:30～16:00/ゆめタウン宗像店
 ●問い合わせ先 健康課 ☎(36)1187

【宗像医師会病院健診センター健康教室・健康相談(無料)】
 ●日時 9月11日(金)14:00～16:00
 ●場所 宗像地域医療センター3階・講堂(田熊)
 ●内容 高血圧の話
 *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

平成27年度 生活習慣病予防教室 糖尿病予防コース 参加者募集

「生活習慣病予防教室 糖尿病予防コース」を開催します。食事や運動など、日ごろの生活習慣を見直すチャンスです。一緒に学びませんか。
 ●申込・問い合わせ先 健康課 ☎(36)1187

●対象 次の①②いずれかに当てはまる人
 ①HbA1c 5.6以上の人 ②空腹時血糖100mg/dl 以上の人
 ●場所 自由ヶ丘コミセン ●申込締切日 9月25日(金)

回	開催日/時間	内容
1	10月16日(金) 13:30～15:30	保健師・管理栄養士による講話と測定 ①高血糖とからだの関係・血糖値の意味 ②血糖値をあげない食生活のポイント ③測定(血圧、体重、腹囲)
2	10月30日(金) 13:30～15:30	家庭でできる運動の実践
3	11月 14:00～ *受講後調整	食後血糖値、HbA1c、中性脂肪の検査 *宗像医師会病院健診センターで実施
4	11月27日(金) 10:00～13:00	栄養講話と実践(調理実習)

*平成28年1月には、慢性腎臓病予防コースを開催。詳細は問い合わせを

わらわら

俳句

口笛の男出て行く青田かな
 自由ヶ丘 梶原マサ子

ページ繰るたびに香水匂ひ来し
 赤間西 大庭かおる

水面打ち水に弾かれいとんぼ
 日の里 西岡正子

青梅の一つ転がる雨の庭
 自由ヶ丘 麻生千鶴子

ゆり組の児に術かけて昼寝かな
 自由ヶ丘 上野柳子

短歌

貝殻を擦りたるやうな一声をあおさぎが吐く瞬きもせず
 池野 伊藤平七郎

大根飯食べて兵器を磨きいし十三歳の学徒動員
 日の里 平山美佐子

露ふくむ青葉若葉を見ておれば食もすすみぬ爽やかな朝
 自由ヶ丘 武川文字

杉の木に蔓巻き付ける山藤のゆらゆら下がる紫の花
 自由ヶ丘 金子勲子

故郷の老いたる母と暮らすという職を退きたる教え子語る
 自由ヶ丘 小山公子

■俳句、川柳、短歌の各作品を随時募集中。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/広報紙
 道担当各作品係あてへ応募してください。
 *作品・氏名には、必ず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)
 *10月1日号は「俳句」と「川柳」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