

施設だより

詳細は、各問い合わせ先で確認してください。

子育て支援センター「ふらこっこ」

☎(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、市民優先です。

【「ふらこっこ」交流室】

ママ、パパ、おばあちゃん、おじいちゃん、子どもと一緒に、ぜひ遊びに来てください。

●開館日

月～金曜日、第2土曜日(10日) *2月は、第2水曜日(14日)の午後、12日(月・振休)が休館

●開館時間 10:00～15:30

*0歳児対象の「赤ちゃんday」は2月14日(水)10:00～12:00。今回は「赤ちゃんdayスペシャル」として、質問コーナーを実施します

【①ホールであそぼう！】

●日時 2月22日(木) 10:00～12:00

●場所 メイトム宗像・多目的ホール ●内容 寒い時期にホールで体を動かして親子で楽しく遊ぶ

●対象 1歳6カ月以上の子どもと親 *きょうだい児が参加の場合は相談を

●定員 親子合わせて先着30人 ●持参品 お茶、新聞紙1日分、タオル、動きやすい服装 ●申込開始日時 2月6日(火)10:00

【②初めての子育て学級「赤ちゃんくらぶ」】

●日時 2月24日(土) 10:30～12:00

●場所 メイトム宗像・「ふらこっこ」交流室

●内容 わらべうた、絵本の読み聞かせなど

●対象 0歳の第1子の子どもと親

●定員 先着12組

●持参品 お茶、バスタオル

●申込開始日時 2月6日(火)10:00

【③満1歳のお誕生会&食育ミニ講座】

●日時 2月28日(水)10:30～12:00

●会場 メイトム宗像・健診室、和室

●対象 2月に1歳になる子どもと親 *終了後、昼食会あり(弁当持参)

●定員 先着15組

●申込開始日時 2月6日(火)10:00

【④ふらこっこひろば&子育てミニ講座～親子でのびのびストレッチ～】

●日時 3月7日(水) 10:00～11:30(9:45受付)

子育てサロン

子育てサロンは、誰でも自由に参加できます。 *2月4日(日)～3月15日(木)までの開催予定を掲載 *主催者の都合で開催日の変更や休みの場合あり

【サロン名/日時/場所/問い合わせ先】

Table with 3 columns listing various parenting salons such as 'あまななかよしサロン', '河東西小子育てサロン', '日の里東小子育てサロン', etc., including dates, times, and contact information.

【保健師・助産師によるミニ相談会のお知らせ】

本年度から子育てサロンで、保健師・助産師の出張ミニ相談会を実施します。体重測定や育児について気になることなど、気軽に相談してください。

●日程 上表(水)、(木)、(金)印 ●時間 10:30～12:00(相談のみ) 11:00～11:30 13:30～14:30

■問い合わせ先 子ども家庭課子ども保健係 ☎(36)1365

●場所 メイトム宗像・多目的ホール ●内容 親子でストレッチ、親子遊び、おはなしなど ●対象 1歳以上の子どもと親 ●定員 親子合わせて先着40人 *きょうだい児が参加の場合は相談を ●持参品 お茶、タオル、動きやすい服装 ●申込開始日時 2月15日(木)10:00

子どもプレーパーク

子ども育成課☎(36)1214

子どもが自然の中で自由に活動できる冒険遊び場です。誰でも自由に参加できます。参加無料。

●日時

▽2月10日(土)・17日(土)・24日(土)・25日(日)、3月10日(土) *時間はいずれも10:00～16:00

▽2月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)、3月1日(木)・8日(木) *時間はいずれも10:30～13:30

●場所 子どもプレーパーク (メイトム宗像・本館横)

【中・高生の居場所づくり(参加無料)】

●日時 2月25日(日) 10:00～17:00

●場所 発達支援センター (メイトム宗像・別館)

男女共同参画推進センター「ゆい」 ☎(36)0250

【2月の休館日】

3日(土)～4日(日) *3月は3日(土)、4日(日)が休み

【女性DIY教室～自分で簡単リフォーム～クロス(壁紙)の貼り方と補修に挑戦しよう!②】

木材を組み立てて、クロスを貼り、メッセージボードを作成します。クロスの貼り方やDIYに興味がある人、必見です。

●日時 3月7日(水)9:00～12:00 ●場所 メイトム宗像・結工房 ●講師 吉田明博さん (一級建築士、DIYアドバイザー)

●対象 女性市民 ●定員 抽選で16人 ●材料費 500円 ●申込締切日 2月25日(日) *締切後のキャンセルは材料費を頂きます



【女性の健康セミナー】

①知ると「すっきり!」排尿の話 ②尿漏れ予防トレーニング～骨盤底筋群を活性化しよう～ 女性のホルモンバランスや加齢にも関係する尿失禁や頻尿について学び骨盤底筋に効果的なエクササイズを体験しましょう。

●日時 3月10日(土)13:00～16:00 ●場所 メイトム宗像

①結工房 ②健診室 ●講師 ①恩塚雅子さん(加野病院院長) ②竹村亮子さん(健康運動指導士) ●対象 女性市民 (1②どちらも参加できる人) ●定員 抽選で30人 ●受講料 無料



●申込締切日 3月1日(木)

【共通事項】

■申込方法

①講座名②郵便番号③住所④氏名⑤年代⑥電話番号⑦託児(5カ月～就学前)希望者は、子どもの名前、年齢(○歳○カ月)を明記して

市民図書館

▽宗像ユリックス☎(37)1321 ▽深田分館☎(62)2346 ▽須恵分館☎(32)8691 ▽えほんのへや☎(36)0212

【2月の休館日】

▽えほんのへや= 3日(土)、4日(日)、22日(木) ▽中央館=5日(月)、13日(火)、19日(月)～22日(木)、26日(月) ▽深田分館= 5日(月)、13日(火)、19日(月)、21日(水)、22日(木)、26日(月) ▽須恵分館= 5日(月)、12日(月・振休)、19日(月)、22日(木)、23日(金)、26日(月)

【①赤ちゃんのおはなし会】

0～1歳児と保護者が一緒に、わらべうたや絵本を楽しみます。妊婦さんも参加できます。妊婦さんには、おはなし会を体験後、わらべうたや絵本、赤ちゃんメディアとの関わり方などについて話します。入場無料。 ●担当 おはなしボランティア 「ととけつこう」 ●日程 2月1、8、15日 (いずれも木曜日)

●時間 ▽0歳児=11:00～11:30、13:30～14:00 ▽1歳児=11:30～12:00

【②小さい子のおはなし会】

就学前の子ども向けのおはなし会です。入場無料。 ●担当 おはなしボランティア 「おはなしあかね!」 ●日程 2月2、9、16、23日 (いずれも金曜日) ●時間 11:00～11:30

【おはなし会】 絵本の読み聞かせやパネルシアターなど。入場無料。誰でも参加できます。 ●担当 おはなしボランティア 「お話げんかい」 ●日程 2月24日(土) ●時間 11:00～11:30 ●会場 深田分館

市民活動・NPOボランティアセンター ☎(36)0311

市民活動を応援する窓口です。市民活動やボランティア、補助金などに関する相談を、常時受け付けています。団体の情報もそろっています。 ●開館日 月～金曜日 *祝日を除く ●開館時間 8:30～17:00

