

小倉南区親子ふれあいルーム さざん・ニュース

「さざん」はルームの愛称です



199号 2026年8月25日発行

所在地 〒802-0816
小倉南区若園五丁目1番5号
小倉南生涯学習センター1階

発行者 コラボキャンパスネットワーク
親子ふれあいルーム実行委員会

連絡先 TEL&FAX **093-922-5036**



9月企画ご案内

「骨盤体操～自分のからだをいたわろう」

産後の体で気になることや、女性特有の「冷え」などについて講師の衛藤さんにお話しいただき、体操をします。

骨盤体操で体の土台を整えましょう。

9月25日（金）10:30~11:45

講師：衛藤真美さん（助産師）



◆参加費は無料です。

◆申込（先着順・要予約）は、来所または電話で！

※受付 10:00~

会場：小倉南生涯学習センター3階 和室

定員：6組

対象：産後1年以内の方

申込開始日：9月8日（火）

動きやすい
服装でどうぞ

※企画中は、遊びたくなった子どもの

見守りがあります。（託児ではありません）

グランマDAY とコラボ

【グランマDAY】は、祖父母世代と子育て世代の「交流の時間」です。気軽にしゃべりましょう。
※「高齢社会をよくする北九州女性の会」のメンバーにより奇数月に開催しています。

おしゃべり会 あかちゃんDAY

あかちゃんの可愛いエピソードや、ちょっと困ったお話など月齢の近い親子同士でゆっくりおしゃべりしませんか？気軽に遊びに来て下さい♪

パパの参加も大歓迎です。

9月3日（木）10:30~ 1時間程度

進行役：さざん親子スタッフ

定員：おおむね5組

対象：おおむね生後10ヶ月までのあかちゃんとその保護者

申込受付中

赤ちゃんのシュアスタートプログラム ～はじめての絵本～

絵本の読み聞かせは、赤ちゃんの心と言葉を育てます。

はじめませんか？大人も子どももホッとする絵本のある暮らし。（保護者向けのお話です）

9月28日（月）14:00~14:40

定員：5組

対象：おおむね1歳未満の子どもの保護者

申込開始日：9月7日（月）



絵本の読み聞かせ

9月5日（土）11:00~「パパといっしょに読み聞かせ」

子育て中のパパスタッフが読み聞かせをします！

9月10日（木）11:00~（おはなしアリス）

9月18日（金）14:00~（スタッフ）

※申込：不要



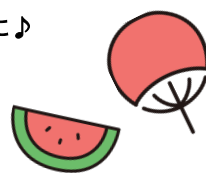
おでかけさざん

さざんスタッフが、地域の市民センターに訪問します。どうぞお楽しみに♪

9月17日（木）10:30~11:00

会場：沼市民センター

プログラム：おはなし会



子育てハテナタイム

9月17日（木）10:00~12:00

子どもの成長につれて「こんな時どう関わったらいいのかな」と思うことや、心身の発達について気になることを相談できます。

相談：北九州市立大学・税田慶昭先生

（発達心理学・臨床心理士）

※定員 4組 当日の申込もOK

保育サービスコンシェルジュinさざん

9月15日（火） 14:00~15:00

※原則第3火曜日

※定員 4組

※幼稚園、保育園のことを聞いて

みませんか？

保育士の出張相談

9月14日（月）

10:00~12:00/13:00~15:00

※相談時間は1人30分程度

～子どもと遊びながら、気軽に相談してみませんか？～

さざんの相談事業 申込随時受付

ここで出会おう ここでわかちあおう さざん

小倉南区親子ふれあいルーム「さざん」は、
おおむね3歳未満の乳幼児親子の交流の場です



※本ニュースを無断でコピー・転載するのはご遠慮ください。

【利用料金】 無料 【開所時間】 10:00~16:00

【開所日】 月～金曜日（第1・3水曜日は除く）第1・3土曜日

【休所日】 第1・3水曜日、土曜日（第1・3は除く）日曜日・祝日・年末年始

※自動車でお越しの方は、小倉南区役所の駐車場をご利用ください。

◆天候によっては、急な休所になることがあります

お出かけ前にInstagram・HP等をご確認ください！

「たたかない、どならない子育て～ポジティブ・ディシプリン®」

(いつもの子育てガイドと同じテキストを使った、より内容が詳細なプログラムです。)

詳細は、さざんに
チラシがあるのでぜひ
チェックしてください！

毎週土曜日開催！！ 【申込開始 9月8日(火)】

10月10・17・24・31日、11月7・14・21・28日、一週やすみ、12月12日
14:00～16:00

土曜日、参加した方の声(抜粋)

9回講座ときいた当初は長いと感じましたが、はじまってみると毎回の2時間も9回開催もあっという間でした。内容も座学だけの受け身な学びではなく、参加型で実践的な学びで楽しかったです。娘が2歳の時に受講しましたが、もっと早く知りたかったと思うほど、子育てをする上で大切な土台を学べました。



7月
企画報告

「親子で一緒におむつはずし！～はじめからうまくできなくてあたりまえ～」

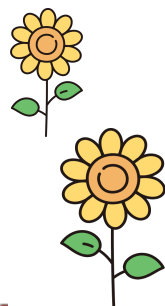
7月13日(月)

グランマDAYとコラボ

薄着になる夏は、おむつはずしが気になる季節。7月の企画では、気になっていることや知りたいことを、みんなで話し合いました。ひとりで悩むより、みんなで考えることで、さまざまなアイデアが生まれました。

先輩ママ2人からは「子どもそれぞれみんな違う」「いったん休んでもOK! あせらずに」といったお話が。参加した方からは「経験談をたくさん聞けてよかった」という声も聞かれました。

子どもにとっての「やってみたい」「できた」「うれしい」という気持ちを大切に、それぞれの親子に合ったおむつはずしが進められるよう、さざんスタッフも応援しています! 悩んだときは、いつでも気軽に声をかけてくださいね。(スタッフN)



グランマ感想

みなさん失敗は恐れずに。子ども達それぞれの時期があると思います。下の子は、おむつはずしはうまく行きましたが、おねしょが小学校まで付き合いました。親が思う様には行きません。焦ってはうまく行きません。自然体で! そのうち、はずれます。

サポーターさん感想

お母さんが近くにいる中での見守りだったので、子どもたちもリラックスして過ごせていたように思いました。

参加者感想

トイトレを始めるタイミングに悩んでいたのが、今回の企画に参加したおかげでもう少し先に始めてみようと思いました。ありがとうございました。

たくさんの経験談が聞けて良かったです。ネットの情報より生の声の方が安心します。成功と失敗を繰り返して、みなさん苦勞されていることが知れて良かったです。がんばります。

※さざん登録サポーター、グランマの見守りがありました。サポーターさん、ありがとうございました。

最新情報はホームページ&SNSにて発信中!

※企画の様子や「さざん」の最新情報をお届けしています。
※北九州市立大学のHP、地域貢献のページで、
さざんニュースのバックナンバーもご覧いただけます。



ホームページ



インスタ

土曜開所日 9月5日・19日

水曜休所日 9月2日・16日

編集後記

毎日暑い日が続きますね。我が家は「子どもは元気で親ゲッソリ」の日々です。小学生になりますますパワーアップした我が子に体力が追いつきません。そのぶん、子どもが自分でできることが増えていく姿を見るのもとても嬉しいものです。あとどのくらい一緒にプールに行ってくれるのかな? だんだん友達と遊ぶことが一番になっていくのかな? など、ふと思います。今しかない時間を大切に、たくさんの思い出を作りたいですね。自分だけの時間がほしいとも思いますが、「あのころは楽しかったな!」と懐かしく思える日のためにがんばります♪(スタッフS)