



# 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



186号 2025年7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  
コラボキャンパスネットワーク  
発行所 親子ふれあいルーム実行委員会  
連絡先 TEL&FAX 093-922-5036

8月企画の  
ご案内

## 親子で手形アートを楽しもう！

8月2日(土) 10:30~11:45

パパといっしょにペタペタアート！  
思い出に残る作品を作りましょう

汚れてもいい服装でどうぞ！



△ぞうの親子



△くらげ

▲制作イメージ  
実際の作品とは異なることがあります

講師：さざんスタッフ  
定員：6組  
\* ルーム内やInstagramにて、先行でご案内と受付をしておりました。  
ご好評につき、すでに定員となりました！  
対象：おおむね3歳までの子どもとその保護者 パパ優先  
\* 赤ちゃんもぜひ♡  
参加費：200円(材料費として)  
\* 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)  
※企画開催会場が「さざん」となります。  
企画中、利用のみなさんのご理解、ご協力をよろしくお願いします。

### 絵本の読み聞かせ

8月7日(木) 11:00~ (おはなしアリス)

8月13日(水) 14:00~ (スタッフ)

\* 申込：不要

お楽しみに！



◆赤ちゃんのシュアスタートプログラム

◆妊婦さんの交流会 “とことこ”

8月はお休みします！

### ワークショップ 赤ちゃんとの遊び

8月29日(金) 10:00~11:30

赤ちゃんは、どうやって遊んでいるのかな？  
赤ちゃんにとって遊びとは？DVDをつかしながら、  
赤ちゃんの遊びについて考えましょう。

会場：小倉南生涯学習センター 3階第1和室

講師：スタッフ

参加費：無料

定員：6名(先着順・要予約)

申込：8月7日(木) 10:00~ \* 来所またはお電話で！

対象：子ども連れの方は1歳0ヶ月以下の子どもで。

(見守りがありません) \* 支援者の方もぜひどうぞ！



### さざんの相談事業

#### 保育サービスコンシェルジュ in さざん

8月19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？

#### 子育てハテナタイム

8月28日(木) 10:00~12:00

子どもの行動でわからないことや「こんな時どう関わったらいいのかな？」と思うことがあったら、北九州市立大学・税田慶昭先生(発達心理学・臨床心理士)にご相談ください。

- \* 定員：4組
- \* 定員に達していない場合は、当日申込でもOKです。

#### 保育士の出張相談

8月8日(金)・25日(月)  
10:00~12:00/13:00~15:00

- \* 相談時間は、ひとり30分程度
- \* 予約優先



~子どもと遊びながら、気軽に相談してみませんか？ 予約随時受付 来所または電話で！~

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。



- \* 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
- ◆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！

※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。

● チカラを抜いて、離乳食 ●

6月24日(火) 講師：南部千恵美さん(管理栄養士)



「離乳食をあまり食べない」「食べるけど量や種類をどう増やしたらいいのか」など様々な質問が出され、講師の南部さん、先輩ママさんと一緒にみんなで話しました。

食事時間を決めて生活リズムをつけることの大切さや、小児科によって休診曜日が異なるので初めての食材を食べさせる時は確認しておく、など気を付ける事柄をうかがいました。

おかゆをあまり食べない場合は、パンがゆを試してみてもいいかも。また、タンパク質としてお刺身の白味魚を茹でるほかにも、ささみやツナの水煮缶(塩気のない物)、細かいひきわり納豆も使えるなどアイデアを貰いました。離乳食をもっと欲しがる時は、野菜やお米は少々おかわりしても大丈夫だけど、消化機能がまだまだ未熟なのでタンパク質のあげ過ぎには注意しましょうとのことでした。

“うまくいなくてあたりまえ”、一生懸命作っているのに全然食べない日が続いても、体重が乳幼児発育曲線から極端に外れていなければ大丈夫、市販の便利な物に頼ってもOK、笑顔でリラックスして無理なくすすめましょう。

もし、うまくいかなかったり困った時には、さざんスタッフに声をかけてください。一緒に考えましょう。応援しています。

(スタッフN)

参加者の感想

\* 離乳食の進め方について実際の経験談を聞いて良かったです。ネット記事や動画記事では、上手くいっている事例が目に入りやすく不安になりがちですが、今日の会で勇気が出ました。

\* 食べる子食べない子がいること、食べなくても親が思い詰めてしまわないこと等、始める前に聞けたので良かったです。



楽しみにしています!



なつやすみ! 青少年ボランティア

市内の中学生・高校生のみなさんが遊びにきてくれますよ~♪  
8月2日(土)・4日(月)・5日(火)・8日(金)  
※時間：午前中



一緒に遊ぼう!

土曜 開所日

8月2日・16日



水曜 休所日

8月6日・20日

最新情報はホームページ & SNS にて発信中!



☆ホームページ



☆Instagram

\* 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。

編集後記

◆今年の梅雨明けは、例年より早くてびっくりしました~。夏本番! この暑さにへろへろ気味ですが、ベランダや室内の植木の水やりは、毎日欠かせません。青々と葉を広げる植物の姿に、元気をもらっています。以前、オリブの木を譲り受けてくれた友人から、「今年は、たくさん実がなりました」と、うれしいメッセージが届きました。暑い毎日が続きますが、水やりを楽しみます~。みなさんの「夏の楽しみ」は何ですか~? (編集人 M)

