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

201号　2026年10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　コラボラ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**

11月のご案内

◆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～

赤ちゃんからできる“学童期”のそなえ

講師：税田 慶昭先生（北九州市立大学 発達心理学 臨床心理士）

いつまで抱っこしたらいいのかな？
はやくしっかりしてほしいなぁ‥　でも、いつ「しっかり」するんだろう‥
子どもたちに、手をかけて、目をかけて、毎日一緒の時間を過ごせる今こそ。
子どもとの関係が豊かになると、この先がもっと楽しい時間になるかも！
発達のことを知り、今より少しだけ先のことを想像してみて、成長した時にそなえましょう。



日時：11月26日(木)　10:30～11:40
会場：小倉南生涯学習センター3階 和室
定員：8組
対象：どなたでも
申込開始日：11月11日(水)

※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。気軽におしゃべりしましょう。
※「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

パパの参加も大歓迎です！

11月9日(月) 10:30～　1時間程度

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話ししませんか？
気軽に遊びに来てください♪

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
申込開始日：10月26日(月)

赤ちゃんのシュアスタートプログラム

メディアとのつきあい方
～乳幼児期のスマホやＴＶ、どうしよう？

パパの参加も大歓迎です！

11月11日(水) 11:00~11:30

子どもの世界にどんどんメディアがはいりこんでいます。
６歳までに脳が発達していく乳幼児の世界。子どもの育ちとメディアのつきあい方を考えます。

定員：6組
対象：おおむね 1歳未満の子どもの保護者
申込開始日：10月28日(水)

絵本の読み聞かせ　※申込不要

11月5日(木) 14:00～(スタッフ)

11月12日(木) 11:00～(おはなしアリス)

西南女学院大学短期大学部保育科の学生さんが遊びに来てくれます

11月2日(月)・16日(月)・30日(月)
いずれも13:30～

ワークショップ

赤ちゃんと遊び

11月25日(水) 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、遊びって？？
DVDもつかいながら、赤ちゃんの遊びについて、考えよう。

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
定員：6組
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
申込開始日：11月10日(火)

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。
お出かけ前にインスタグラム・HP等をご確認ください！

9月企画報告

「骨盤体操～自分のからだをいたわろう～」

9月25日(金)　講師：衛藤真美さん（助産師）

産後のママたちに「自分の身体をいたわりながら、無理なく整えてほしい！」という思いを込めて骨盤体操を企画しました。助産師の衛藤真美さんを講師にお迎えし、リアルな骨盤模型や図解を見ながら、産後の骨盤の状態を学び、骨盤を正しい位置に近づけるためのポイントを分かりやすく教えていただきました。

また、実際に身体を動かし、日常生活の中や子どもたちと遊びながらできる簡単なトレーニング、骨盤を意識した体の使い方について学びました。みなさん楽しみながら身体を動かすことができ、「これなら日常生活にも取り入れられそう」という声も聞かれました。

子どもたちもママの足の動きを真似したり、膝の上で一緒に体操をしたり、グランマやスタッフと遊んだりと楽しそうでした。

ついつい後回しになってしまう自分の身体のケアですが、今回学んだことをきっかけに少しでも自分の身体に意識を向けてもらえたらと思います。無理のない範囲でトレーニングを毎日少しずつでも続け、自分の身体をいたわってあげて下さい。（スタッフO）



参加者の感想

子どもと一緒に骨盤体操のやり方を学ぶことができて嬉しかったです。

骨盤のセルフケアの方法が知れてよかったです。続けやすいものばかりだったので継続して行いたいと思います。

グランマDAYとコラボ

グランマとスタッフの見守りがありました

衛藤さんのママに寄り添う言葉がけが心に沁みました。子どもたちはママのそばで安心してすごしていました。（グランマ）

予約随時受付

さざんの相談事業

子どもと遊びながら、気軽に相談してみませんか？

保育サービスコンシェルジュinさざん

11月17日(火)14:00~15:00

幼稚園、保育園のことを聞いてみませんか？

＊原則第3火曜日
＊定員4組

保育士の出張相談

11月20日(金)
10:00~12:00
13:00~15:00

＊相談時間は、ひとり30分程度
＊予約優先

子育てハテナタイム

11月26日(木)13:00~15:00

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
＊定員に達していない場合は、当日申込でもOKです

速報！

「パパの育休体験談」

12月19日(土)10:00～11:45

詳細は、さざんにあるチラシでご確認ください。



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♫
詳細は、市民センターにご確認ください。

11月12日(木) 10:30~11:00
会場：長行市民センター
プログラム：「はじめての絵本」

土曜開所日　11月7日・21日

水曜休所日　11月4日・18日



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　インスタグラム

編集後記

秋ですね！皆さん「秋」といえば何を思い浮かべますか？わが家は食欲の秋。そして、勉学の秋？！わが家にはさざん育ちの高3の受験生がいるのですが、受験勉強をしている気配があまり感じられず、思い描いていた「受験生のいる家」のイメージとはほど遠いです。短い秋を存分に楽しみたいけど、そっちも気になってしまっています。トホホ。だけどせっかくの良い季節なので、美味しいものやきれいな景色、そして外遊びを楽しみたいな！紅葉もまだ少し先ではありますが、春には無事に桜が咲きますように…。（編集人O）