



# 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

第131号 2020年12月25日発行

所在地 〒802-0816  
小倉南区若園5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



## 1月企画の おしらせ

## 骨盤体操

～自分のからだをいたわろう

産後の体の気になること、体の要の腰や骨盤、女性特有の「冷え」などについてお話しいただき、体操もします。自分のからだの声に耳を傾けてみませんか？

日時：1月27日(水) 10:30~11:45  
会場：小倉南生涯学習センター 3階和室  
参加費：無料  
定員：8名(先着順・要予約)  
申込：1月13日(水) 10時～ ※来所または電話で



## グランマ DAY とコラボ

10:00~12:00

企画開催時間中は、遊びたくなったお子さんの見守りがあります。(託児ではありません)

【グランマ DAY】は、祖父母世代が、若い世代と交流しながら「昔遊び」、「暮らしや子育ての知恵」などを伝えたいという、多世代交流企画です。「高齢社会をよくなる北九州女性の会」のメンバーにより奇数月に開催しています。

## 1月の ご案内①

※企画はすべて予約制です。さざんの利用予約(オンライン企画を除く)も同時にいたします。  
※企画によっては予約方法が異なります。ご注意ください。  
※今後の市内の感染状況によっては、開所ができない場合や企画が行われないこともあります。

## カナダ生まれの親育ち講座プログラム 親子カラを伸ばす子育てガイド！ 【全4回】

あー、困った！こんなとき、みんなどうしてる？って、悩むことはありませんか？

今年度、さざんでは、このプログラムを全3クール実施しています。参加者の満足度がとても高い講座です。テキストを使って、楽しく話し合いながらすすめます。

(テキストは貸し出します。同室での見守りがあります。)

日時：1月19・26日、2月2・9日  
10:30~12:00(すべて火曜日)  
会場：小倉南生涯学習センター 3階第1和室  
参加費：無料  
対象：第1子の場合は、生後10か月以上の方  
定員：5~6名(先着順・要予約)

全回参加できる方優先です  
子どもの月齢により、定員が5名になることがあります

申込：1月5日(火) 10時～  
※来所または電話で



## 赤ちゃんのシユアスタートプログラム チカラを抜いて、離乳食

おっぱいやミルクだけを飲んでいた赤ちゃんが離乳食の時期になると、不安なことも出てきますよね。程よく力を抜いて楽しくできるように、小児科などで栄養相談をしている本橋和江さんにお話をうかがいましょう。

1月26日(火) 10:30~11:10

講師：本橋和江さん  
(栄養士、フードコーディネーター)  
会場：さざん 参加費：無料  
定員：6名(先着順・要予約)  
申込：1月13日(水) 10時～  
※来所または電話で



## プレママ・プレパパのための おしゃべり会 とことこ

オンライン開催!



助産師のママといっしょに、出産や、出産後の生活で、不安なこと、ききたいこと、なんでもおしゃべりできる時間です。ちょっとした育児のコツ、お産のウラ話、本当に必要な育児物品…、どうぞ、お気軽にお申込みください!

1月16日(土) 10:15~11:15

会場：さざん 参加費：無料  
進行役：中武友恵さん(助産師・子育て中のママ)  
定員：6名(先着順・要予約)  
ママだけ、パパだけでも参加できます  
申込：随時受付  
来所または電話で または  
担当 haru2020@jcom.home.ne.jp



## ワークショップ 赤ちゃんとお遊び

赤ちゃんはどうやって遊んでいるのかな??  
DVDをつかって、赤ちゃんの遊びについて考えましょう。

1月28日(木) 10:00~11:30

会場：小倉南生涯学習センター 3階第2和室  
講師：スタッフ  
参加費：無料 定員：8名(先着順・要予約)  
対象：(見守りがないので)子ども連れの方は1歳0か月以下の子どものみ  
支援者の方もぜひどうぞ!  
申込：1月8日(金) 10時～  
※来所または電話で

## ここで出会う 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歳未満の幼児見親子の交流の場です

◆利用料金：無料 \*開所時間：10:00~16:00  
現在【10:00 ~ 12:30】【13:30 ~ 16:00】の入替え制/要予約  
◆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、第2・4・5土曜日、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。お出かけ前にブログ・インスタグラム・HP 等をご確認ください。】

# 1月の ご案内②



※企画の定員はありませんが、さざんの利用予約が必要です

7日(木) 13:45～ 絵本の読み聞かせ(スタッフ)

14日(木) 11:00～ 絵本の読み聞かせ(おはなしアリス)

21日(木) 10:30～ わらべうたであそぼう!

## 休所日

6日(水)・20日(水)  
12月29日(火)～1月3日(日)

## 土曜開所日

16日(土)

### 子育てハテナタイム

1月25日(月) 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、どうぞお気軽に北九州市立大学・税田慶昭先生(発達心理学・臨床心理士)にご相談ください。  
先生とお話した方が「安心しました」「先生がヒントをくださったこと、試してみますね」とたくさん声を寄せてくださっています。

\*原則第4月曜日 \*定員4名

\*定員に達していない場合は、当日申込みでもOKです

### 保育士の出張相談

1月18日(月)

10:00～12:30/13:30～15:00

\*相談時間は、ひとり30分程度

\*予約優先

\*相談中のお子さんの見守りはありませんが、さざんで子どもと遊びながら、気軽に相談してみませんか?



随時受付 来所または電話で



### 保育サービスコンシェルジュ in さざん

1月19日(火) 14:00～15:00

\*原則第3火曜日

\*定員5名 要予約

\*相談中のお子さんの見守りはありませんが、さざんで子どもと遊びながら、気軽に幼稚園・保育園のことをきいてみませんか?

## 11月企画 報告



## おしゃべり会「コロナ禍の中の子育て」

11月25日(水)10:30～11:45



まだ続けているコロナ禍。どこにも出かけられなくなった3～5月の緊急時をふりかえり、そして、ウィズコロナの今を考えながら、みんなでおしゃべりしました。

緊急時のあのころ・・・公園に行き、近所の子と会っても、親が引き離そうとしたこと。スーパーでは、「子どもを連れている」という目で見られ、周囲の目が気になった日々。初節句で「こうしよう♪」とウキウキしていたのに、お祝いできなくなったこと。4月初めの3人目の出産後、「赤ちゃんがコロナになったら・・・」とこわくて、上の2人を家の前で遊ばせながら、赤ちゃんを見守ったけど、大人の気持ちを吐き出す場がないのがつらかった、というお話がありました。



みんなも直面していることだから・・・、と一人ひとりががんばっていた気がします。でも、一日一日成長しているかけがえない日々、「親子だけ」、「家の中だけ」は、つらかったですよ・・・。スタッフも、さざんで皆さんと会えなくなって、沈んだ気持ちでいるときに、すれ違った子どもがにっこりしてくれて、すごくすごく嬉しかったです。

後半、ウィズコロナの中の子育ての中で、大切にしたいことをうかがうと、特に一人めの子育ての方が、引きこもっていないか、心配の声があがりました。「うちもそんなよね」と言い合えることが大事、「子育ては1人じゃできない」という世の中の流れが必要。」

「どの情報が自分にとって正しいのか見極めることが大事。子連れで行ける場所、求めている人へ届いてほしい。」「今の関わり次第で、この子のこれからが変わる。他の子とのつながりを広げてあげたい。」「大人がまいると、子どもに影響する。人の意見を聞くことで選択肢が増える。私も、3人目でも「赤ちゃん訪問あるんだ」とうれしかった。市からの訪問は受け入れやすいと思うので、一人目の人に届いてほしい。」「人と話すことで、大人の気持ちが安定するので、出かける勇気をもてるように!」

1人目の子育て中の方は、家にもこもっていた時「ベランダに出るのもイヤだった」そうで「状況が変わって、「出てみようかな」と思った。」そうです。必要な対策はしっかりしつつ、遊び場を守っていくこと、「行ってみようか」と思える情報発信をしたい!と感じた時間でした。



南区の保健師さんにもご参加いただき、皆さんの声を共有しました。ありがとうございました。

(スタッフI)

グランマによる見守りがありました♪

## 新型コロナウイルス感染症対策として、市の基本的なガイドラインに沿って対応を取らせていただくことになりました。

- ・保護者は必ずマスクの着用をお願いします。
- ・事前に利用予約を電話または来所受付けます。(前の週より翌週の申込みが可能です。)
- ・定員を設け、午前・午後の入れ替え制にします。昼食はご利用できません。また、ルーム内での飲食は当面の間ご遠慮いただきます。(水分補給はのぞきます。)
- ・体調の聞き取りをします。自宅での検温をお願いします。
- ・当面の間、小学生の利用はご遠慮ください。

\*\*\*\*\*

我が家は7つ連いのきょうだい。長女は完全にサンタさんの存在を怪しんでおり、下の子の前で超現実的なリクエストしてくるので、「お願いだから、ここでは言わないで〜!」と毎回必死の攻防です。下の子にはずっとサンタさんを信じていてほしいなあ♡お正月もまたなにかしらの攻防がありそうですが、健康に感謝しつつ、来年も楽しく過ごせたらと思います。(編集人O)

編集  
後記

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  
<http://sa-zan.jp/m/>



Instagram  
@sazanml

スタッフブログ「さざん日記」  
<http://ameblo.jp/hureai-sazan/>

