

たんぽぽ通信 NO.105 (令和6年2月1日発行)

北九州市北方地域子育て支援センター

〒802-0841 北九州市小倉南区北方三丁目50-2 TEL 931-4623



令和5年度も残り2ヶ月となりました。昨年5月に新型コロナ感染対策が変更されて以降、社会活動も活発になってきました。その結果、当センターでも前年度に比べて利用者数は4割近く増えています。利用者の皆さまへあらためて感謝申し上げます。また、利用定員を増加して対応を図っていますが、予約をお断りするケースが有り、ご迷惑をおかけしていますこととお詫び申し上げます。今後も皆さまのご期待に応える運営に努めてまいります。

さて、新年早々能登地方を襲った大地震により多くの方々が被害を受け、たくさんの命が奪われてしまいました。お亡くなりになった方のご冥福を心よりお祈りいたします。そして、私たちもこの惨禍を教訓として、災害への対応を今一度見つめ直してみたいと思います。

今回、お出かけ情報に代えて「防災情報～命を守る行動」を紹介します。いざという時に、慌てず焦らず冷静に行動するために必要なことを特集しました。かけがえのない命を守るため、災害に対する心構えと備えについて、家族と一緒に考えてみましょう！

おでかけばいばい



©福音館書店

『おでかけばいばい』 はせがわせつこ・ぶん やぎゅうげんいちろう・え

「いってらっしゃーい」「ばいばーい」のやりとりをお子さまと一緒に楽しみながらどうぞ♡

お母さんのリュックサックの中に入っばいばいとおでかけする子どもたちがとてもかわいい絵本です。

【絵本紹介コーナー】

やさしいすき

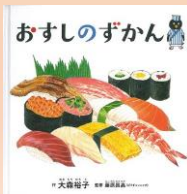


@こども社

『やさしいすき』 柳原良平作
八百屋さんやスーパーでよく目にする野菜がリズムカルに登場します。目をあけたり、つむったり、野菜たちのかわいい表情にもご注目!!

『おすしのずかん』 大森裕子作

おすしのネタになる魚って一体どんな姿をしているのかな？ペンギンたちが教えてくれます。愉快なストーリーと図鑑を同時に楽しめるお得な一冊です。



@白泉社

とっても楽しい！

あそぼうかい！

2月26日(月) 10時～
「ひなまつり」



ばんばりの光に照らされた“おだいりさま”と“おひなさま”いつにも増して、笑顔が輝き、とっても嬉しそうにしています。可愛く出来たね。世界に一つの“ひな飾り”

予約開始日 2月13日(火)

3月25日(月) 11時～
「親子体操教室」

パツと抱き上げたとき、この手に伝わる我が子の重み。“一人で何でも出来るよ”とばかりに動き廻っている。今日は一緒に体操だ！今日はママもアスリート！

予約開始日 3月11日(月)

【2月・3月の行事予定】

ちよっと得する『育児講座』

2月15日(木) 10時30分～11時30分

テーマ 頑張れ子どもたち～新生活への準備
講師 小倉南区役所保健福祉課 保健師
内容 もうすぐ入園を迎える子どもたち。

新しい出会いへの喜びとともに、新生活への不安が湧いてくるかも？

事前準備で、不安を解消しましょう。

予約開始日 2月1日(木)

2月21日(水) 10時30分～11時30分

テーマ 母乳・ミルクからの出発たひだち
「離乳食のQ & A」ひとさじの工夫

講師 小倉南区役所保健福祉課 栄養士
内容 5ヶ月頃になると離乳食を始めるサインが見られてきます。

一日一回、ひとさじのスプーンからスタートする離乳食。

とおきのおきのレシピを学びましょう。



試食も楽しみですね。

予約開始日 2月1日(木)

3月15日(金) 10時30分～11時30分

テーマ 「地域子育て支援施設の楽しみ方」
講師 小倉南区役所保健福祉課 保健師

内容 子育て親子の交流や子育ての相談等の活動を行っている子育て支援施設。皆さんのニーズに合った活動とは？

より魅力あふれるセンターを目指して

利用者目線でわいわい話しましょう。

予約開始日 3月1日(金)



【防災情報 ～命を守る行動～】



突如、テレビから鳴り響く「緊急地震速報!緊急地震速報!」の音声。

直後、北九州市は震度5強の巨大地震に襲われ、家屋の倒壊、土砂崩れ、道路の隆起が発生した。“地震とは無縁”と思っていた多くの市民の意識を打ち砕いた“南海トラフの巨大地震”。



どうすればよかったのか…。後悔ばかりが募ってくる……。

台風やゲリラ豪雨など、水害に対する危機意識はありますが、地震だけは北九州市には無関係と思っていませんか。国の検討会が取りまとめた報告では、“南海トラフの巨大地震”が発生すると、最大でマグニチュード9.1の地震により、市内で最大で震度5弱から5強の揺れが想定されており、上記のようなことが起こっても不思議ではないのです。

もし、災害が発生したら、その時には命を守ることに重点をおきましょう。そして、いざという時に適切な判断・行動がとれるよう、自分の住んでいるところがどのような災害が起こりやすいか、避難所の場所はどこか、またその避難所がどの災害に適切しているか確認しておきましょう。

非常時持ち出し品・備蓄品の準備は大丈夫ですか？防災ガイドブックの中には、**マイ・タイムライン**(自分自身がとる標準的な防災行動などを時系列的に整理し、**取りまとめる行動計画表**)を作成するページ等を設けています。

家族や地域で防災について話し合って**マイ・タイムライン**を完成させましょう。



マイ・タイムライン



非常持ち出し品

育児講座

12月15日(金)に「身近な◇がオモチャに大変身」を開催し、8組20名の親子が参加しました。

育児講座の講師をセンタースタッフが務める初の企画。日頃制作している手作りおもちゃの内、自宅でも制作可能なおもちゃ4種類を選び実施しました。小さなペットボトルにビーズなどを入れ、振るとカシャカシャと音を立てるもの。太鼓作りでは、小さな洗面器に色鮮やかなテープを組み合わせて隙間無くピッタリ貼っていき、個性ある太鼓が完成。そのほか新聞紙を使って髪飾りを作ったりして、親子一緒にの制作をみんな楽しんでいました。身近なものでオモチャを作ることが出来てびっくりした等の感想が寄せられました。

1月15日(月)は木下助産師を講師に迎え、「おっぱい、バイバイ～断乳等について」を開催し、7組14名の親子が参加しました。

参加の子どもさんは6ヶ月～1歳3ヶ月と月齢はいろいろ。ママとしても職場復帰がそろそろの方や家にいるとすぐおっぱいを欲しがって…という相談の方。妊活だが断乳がベスト?など、皆さんが聞いてみたいことに木下先生が丁寧に答えてくれました。

断乳する時はママの体調の良い時、おっぱいトラブルもあるので、少しずつカロリーを抑えた食事も大切ですよとのアドバイスも。

いつの間にか、ママとお子さんのストレス無くおっぱいバイバイが出来ますように!

【12月・1月の行事内容】

あそぼうかい

12月22日(金)「クリスマス飾り作り」

“ジングルベル、ジングルベル”ハンドベルの軽やかな音色が会場に響き渡ります。もうすぐクリスマスがやって来ます。今日は、サンタさんもビックリするような飾りを作ります。丸い紙のお皿に金色のお星さまや色鮮やかな色紙を次々と貼っていきます。そして小さなサンタさんも付いたら出来上がり。あれ?廊下から鈴の響きが聞こえます。一足先にサンタさんがやってきました。みんなへのお土産を大きな袋に入れて…。可愛いオモチャをもらったよ。とっても嬉しかった。

1月25日(木)「節分」

もじゃもじゃ頭の鬼の顔。三角お目玉に、大きなお口。怖いと思ったけど、よく見るとかわいいね!



だって、私とママが書いたから!出来上がったお面に帯を着けて、鉢巻きみたいにおでこに付けたら、準備は完了。鬼段ボールへボール投げ。



【小倉南区役所の子育て支援活動】(保健福祉課地域保健係：951-4125 直通)

「妊娠したら」「赤ちゃんが生まれたら」「心配事があったら」…。

小倉南区役所では様々な場合に対応した「親と子のための行事」を実施しています。

もし、「**心配事があったら**」、そんな時は、専門スタッフに相談して、心配事の解消を図りましょう。

平日の8時30分から17時まで、保健師・栄養士が「**電話相談**」に対応しています。

「**わいわい子育て相談(第2/第4木曜日)**」では0歳から就学前までの**心・言葉・体の発達**が気になるお子さまと保護者の方を対象に、小児科医師や臨床心理士などの専門スタッフが子育てについてのご相談に応じます。

「**すこやか相談**」では1歳6か月から4歳未満の**心・言葉の発達**が気になるお子さまと保護者の方を対象に、児童心理司が個別にご相談に応じます。

場所：小倉南生涯学習センター1階「講堂」

※ 受講無料。参加の際は、母子健康手帳、筆記用具をお持ちください。

※ お問い合わせやお申し込みは、(951-4125)まで!

事業の詳細はこちら

