



子育て情報



日時・期間 場所 対象 内容 定員 料金
 持参物 締切 申込み先 問い合わせ先
 電話番号 電子メール

「ファミサポ学習会」を開催します

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)では、子どもの食事や遊び・心理などについて学びます。会員以外でも参加可。※子どもとの同伴では受講不可、託児有、要事前申込。

場生涯学習センター3階視聴覚室

定各回先着30人

申問ファミリー・サポート・センターちくしの

☎FAX(921)1396(平日9時~17時30分)

日時	内容	講師
5月17日(金) 9時30分~ 11時30分	子どもの食生活と 生活習慣病予防	管理栄養士 西山 楓
5月30日(木) 9時30分~ 11時30分	楽しみながら学ぶ おもちゃと子育て ~木のぬくもりにふれて~	おもちゃ コンサルタント 仲道 正恭
6月11日(火) 9時30分~ 11時30分	子どもと向き合う時に 大切にしたいこと	絵本店主 保育士 塩川 宏樹

子育て講習会 「うちの子、最高!!」

子育ての悩みや不安を感じることはありせんか。熊丸先生の心温まる魔法の言葉を聞いて、子育てを前向きに楽しめましょう。

親子で楽しめる遊びもあります。

日5月29日(水)、10時~11時30分(受付9時45分~)

場市役所1階多目的ホール

●講師 熊丸 みつ子さん

対市内在住の0歳~就学前の子どもとその保護者

※保護者のみの参加はできません。

●申込方法 電話(先着30組)

●申込期間 5月7日(火)、8時30分~

申問子育て支援センター

☎(922)7287

子育てのひろば No.328

睡眠と昼寝

子どもにとって睡眠は、脳や身体の発達に必要で、質の良い睡眠をとることが重要です。

睡眠中は、寝入ってから1~2時間後に現れる深い睡眠時に成長ホルモンが分泌され、骨を伸ばす、筋肉を増やす、新陳代謝を盛んにする働きがあります。

決まった時間に寝る・起きるといった規則正しい睡眠は、健やかな成長、健康の保持増進のために大切です。

また、お昼寝も同様に、身体や脳の疲れを癒すだけでなく、記憶力の向上や情緒の安定にも重要な関わりを持っています。

〈寝つきをよくするための4ポイント〉

- ①日中は身体を十分に動かし、活動量を増やす。
- ②夜は部屋の明るさを落とす。
- ③寝る直前までの電子機器との関わりは控える。
- ④入浴は就寝1~2時間前までにすませる。

問二日市保育所

☎(922)3344



お誕生日おめでとう！コーナーの申込方法

★コーナー名、子どもの名前(漢字、ふりがな)、誕生日(年月日)、保護者氏名、住所、電話番号を記載して申し込みください。

★定員24人(超えた場合は抽選)★8月生まれは、5月1日(水)~20日(月)に受け付けます。

★申込先▷電子メール hishokouhou@city.chikushino.fukuoka.jp ▷FAX(555)7377

▷郵送 〒818-8686(住所記入不要)筑紫野市役所秘書広報課あて※電話では受付していません。

メールで申し込み・提出には返信していますのでご確認ください。

★3歳まで ※申込時には、写真・コメントの添付は不要です。



5月生まれ お誕生日おめでとう！

ながしまりく
長嶋莉久ちゃん(1歳)

お姉ちゃんが大好きなりく♪家族を癒してくれてありがとう♥

こいでこうせい
小出卓晟ちゃん(1歳)

晴れ渡る青空のように元気で明るく成長してね♥大好きだよ♥

みはらひかり
三原耀ちゃん(1歳)

一歳おめでとう！生まれてきててくれてありがとう！大好き！

うらかわづむぎ
浦川紡綺ちゃん(1歳)

おでんば娘のつむちゃん♥楽しくて素敵な毎日をありがとうございます♥

なかまゆうせい
中嶋悠晴ちゃん(1歳)

やんちゃで元気な悠晴★生まれてきててくれてありがとうございます。

かなたひいろ
金谷柊紅ちゃん(2歳)

おうたとおしゃべりが大好きなひいろ♥すくすく大きくなれ

こがてつし
古賀徹志ちゃん(2歳)

大好きなてっちゃん♪これからも元気に楽しく過ごそうね★

うじしまらく
牛島楽ちゃん(2歳)

2歳おめでとう！
我が家のお子さんです★

まさはらたくと
牧原匠音ちゃん(2歳)

2歳おめでとう♥笑顔で追いかっこする匠音、大好きだよ♥

おのうえか
尾上うめ花ちゃん(2歳)

お姉ちゃんと仲良く笑顔いっぱいです！大好き♥

ちからこうじろう
主税幸次郎ちゃん(2歳)

2歳おめでとう★毎日エブリデイに過ごしてください♪

たびらことの
田平珠乃ちゃん(2歳)

我が家のお笑い担当のこっちゃん♪これからもよろしくね♥

まつだいつき
松田樹季ちゃん(2歳)

毎日笑顔と幸せをありがとうございます♥
2歳も楽しい思い出を作ろうね

さかもとるい
坂本琉ちゃん(3歳)

優しくて可愛くて面白くて元気♥みんな琉くんがだいすき♥

ひらおかつき
平岡朔月ちゃん(3歳)

3歳おめでとう★たまに見せる変顔に笑わせてもらってるよ♪

しらはまえいか
白濱永華ちゃん(3歳)

からあげ大好き家族内最強女子
♥いざゆけ無敵の3歳劇場♪

もりやまゆい
森山結衣ちゃん(3歳)

ニコニコ笑顔の元気な結衣★毎日幸せをありがとうございます♥大好き♥

もりかわりん
森川凜ちゃん(3歳)

お誕生日おめでとう★元気に大きく育ってね！大好きだよ♥

よしひのこうせい
芳野功青ちゃん(3歳)

いつも沢山の笑いをありがとうございます
3歳もいっぱい楽しもうね★★

はたやまあん
畠山杏ちゃん(3歳)

3歳おめでとう！これからも大好きなお料理一緒にしようね。

なかむらもも
中村百ちゃん(3歳)

100点以上の元気と食欲と笑顔をいつもありがとうございます♥

くろぎゅうせい
黒木悠晴ちゃん(3歳)

かわいさ毎日アップデート中♥
色々な経験をして成長してね♪

やまとしそうや
山岸蒼弥ちゃん(3歳)

とっても元気なそやくん。たくさん食べて遊んでね♪

しみずりこ
清水梨瑚ちゃん(3歳)

愛しい梨瑚、3歳おめでとう♥
あなたの成長がうれしいです★