

9月生まれ お誕生日おめでとう!



みなと あおば
湊 蒼晴 ちゃん [1歳]
生まれてきてくれてありがとう
♥お兄ちゃん大好き蒼くん、これからもたくさん笑おうね



ならざき りる
奈良崎 璃琉 ちゃん [1歳]
祝♪りのニコニコ笑顔に皆笑顔
をもらっています♥産まれてきてくれてありがとう★感謝



たかはし かて
高橋 楓 ちゃん [1歳]
お兄ちゃん大好きな楓★毎日癒
してくれてありがとう♥これから
ますます元気に育ってね♪



いけもと こうき
池本 光希 ちゃん [1歳]
毎日元気いっぱい笑顔の光希
生まれてきてくれてありがとう
光希はみんなのアイドルです★



とくぶち あさひ
徳 淵 旭人 ちゃん [1歳]
あさひくんのニコニコ笑顔がパ
パとママは大好きだよ♥
元気いっぱい大きくなってね♪



おりた あさひる
折田 光優 ちゃん [2歳]
お誕生日おめでとう♪毎日あさ
ひ君の笑顔に癒されてるよ♥これ
からも元気いっぱい育ってね♪



むらかみ いぶき
村上 歩輝 ちゃん [2歳]
弟に優しく接してくれる歩輝♥
これからも元気に歩輝らしく成
長してね♪大好きだよ♥



みやけ いつき
三宅 唯月 ちゃん [2歳]
お世話にお手伝い大好き唯月
ちゃん♪お兄ちゃんと仲良く元
気にすくすく大きくなあれ♥



しのはら ゆうま
篠原 悠誠 ちゃん [2歳]
おめめがククリで甘えん坊で
可愛い悠誠君★浩と一緒にずー
っと仲良くね♪大好きだよ♥



しのはら ひろあき
篠原 浩彰 ちゃん [2歳]
ムチムチで笑顔も笑い声も可愛
い浩彰君★お兄ちゃんと仲良く
元気に育ってね♪大好きだよ♥



みやけ りな
三宅 莉菜 ちゃん [2歳]
いつも元気な莉菜ちゃん★
あなたの笑顔は最高です♥
素直な優しい子に育ってね♪



たなか ゆめ
田中 友萌 ちゃん [3歳]
お誕生日おめでとう★ゆめは家
族みんなの宝物だよ♥これか
らも家族5人仲良くすごそうね♪

●この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(各号12人、超えた場合は抽選)※電話では受付していません。
★12月生まれは、9月1日(火)～20日(日)に受け付けます。

★申込先 ▽電子メール hishokouhou@city.chikushino.fukuoka.jp
▽FAX(923)5391 ▽郵送 〒818-8686(住所記入不要)筑紫野市役所
秘書広報課まで ★3歳まで ※申込時には、写真・コメントの添付は不
要です。※メールでお申し込み・提出には返信してありますのでご確認ください。



子育てのひろば

No.285

子どもの体に異変あり
ロコモティブ・シンドロームってなに？

ロコモティブ・シンドローム(ロコモ)とは、
手足の骨、筋肉などが衰え、転倒や骨折の
リスクが高い状態のことです。もともとは高
齢者の問題として注目されてきました。

近年、子どもにも同じような問題が起きて
おり、「体が硬い」「体のバランスが悪い」「持
欠力の低下」など、運動機能が低下してい
ることが分かりました。

さらに最近では、ゲーム・スマートフォン使用
の低年齢化や、外遊びを控えることが原因で
体を動かす機会がさらに奪われています。

ロコモ予防のポイントは次の三つです。

①姿勢

日頃からよい姿勢を身につけていると体の柔
軟性や動きも高まり、疲れにくくなります。

②体をよく動かす

転びそうな時に手で体を支えるなど、危険
を回避するには体と頭が連動して動くことが
重要です。

③生活習慣

朝食を抜くことや睡眠不足は、体を動かす
意欲を失わせます。「よく食べ、よく寝て、
よく動く」ことが大切です。

●問い合わせ先 二日市保育所
(922)3344(平日8時30分～17時)