



子育て関連イベント一覧

※イベント日程や内容は、予告なしに変更になる場合があります。予めご了承ください。(詳しくはホームページをご覧ください)



北九州市立
子どもの館 

北九州市立 子育てふれあい交流プラザ
 **元気のもり** 

個別子育て相談

小児科医が、お子様の発育や発達、予防接種、しつけ、授乳、離乳食、子どもの病気などについて相談に応じます。どのようなことでもお気軽にどうぞ。(1人30分程度)



毎月第1火曜日 **要**
13:00～15:00 事前予約

パパママ救急教室

北九州市消防局の方による「子どもの応急手当」の指導です。救急車の呼び方や心肺蘇生法の実演指導などを行います。いざというとき役立ちます。



隔月1回・水曜日 **要**
13:00～13:40 事前予約

子育て勉強会

子どもの急な病気やけがについて、予防から初期対応までを小児科急看護認定看護師が丁寧に説明します。



毎月第2木曜日 **要**
14:00～15:00 キッズハウス 入場料

※キッズハウス入場料(大人200円、子ども50円)

離乳食教室

託児付き(500円)の離乳食教室。お子様の月齢に合わせた離乳食の進め方や、調理実習、また、ベビーフードの上手な活用法なども教えてもらえますよ。



年9回 **要**
13:30～16:00 事前予約

ベビーマッサージ

お母さんと赤ちゃんの肌のふれあい、スキンシップの1つです。鍼灸師によるオイルを使用せず、夜泣き、便秘、風邪などに効果的なマッサージです。



毎月第4月曜日 **要**
13:30～14:30 プレイゾーン 入場料

ハイハイよちよちレース

ハイハイでもよちよち歩きでも参加できます。お子さまの頑張り応援し、ゴールに着いたらいっぱい褒めてあげてください。猛ダッシュで進んだり、泣いたり、逆走したり、大盛り上がりイベントです♡



毎月1回・火曜日 **要**
11:30～12:30 プレイゾーン 入場料

※プレイゾーン入場料(大人200円、子ども100円)

パパママ救命救急教室

家庭でのいざという時の対処法を北九州市消防局救急救命士から学びます。乳幼児の誤飲対処法、心肺蘇生法、人工呼吸法などを、人形を使って分かりやすく指導します。



毎月第4月曜日 **要**
14:30～15:30

親子3B体操

日本3B体操協会公認指導者のお元氣お姉さん、鹿瀬島(かせじま)もどか先生と3B体操を行います。産後の体型戻しや、体力回復の運動もアリ。いつも笑い声が飛び交う体操教室です。



毎月1回 **要**
13:00～、14:00～(各回30分程度) 事前予約

親子リズム体操

産後の体型改善やストレス解消にも効果のある、がんばるママとお子さまのための教室です。親子で楽しく体を動かしませんか?



※対象:1歳児親子 25組

毎月第3月曜日 **要**
13:30～14:30 事前予約

読み聞かせ「絵本のとびう」

プラザスタッフやボランティアによる絵本の読み聞かせです。第3木曜日15:00～は、外国語の読み聞かせを行っています。絵本を通じて色々な世界を体験してください。



毎週木曜日 **要**
13:00～、15:00～(各回15分程度) プレイゾーン 入場料

※プレイゾーン入場料(大人200円、子ども100円)

栄養相談会&子育て相談

栄養士が体重や身長測定、離乳食や栄養について具体的なアドバイス。また、日頃の子育てでお困りのことなど、保育士にお気軽に相談ください。

毎月第3木曜日 **要**
13:00～16:00 キッズハウス 入場料

ベビーマッサージ教室

鍼灸師の下久美子先生によるベビーマッサージは、オイルを使わず、お手軽に。月齢で分かれて違う時間で行うので、生後間もない赤ちゃんでも安心です。

毎月1回 **要**
13:30～7ヵ月以上 14:10～6ヵ月以下 事前予約

おっぱい相談

妊娠中から授乳期、卒乳までの悩みに応じた対処法、疑問などについて助産師が相談に応じます。お気軽にお越しください。

毎月第4金曜日 **要**
12:00～16:00 事前予約

親子ピクス

free throwエアロビクスクラブの野口菊代先生と一緒に、よちよち歩きと歩行完了のお子様を対象に分けて行います。水分と汗ふきタオルは忘れずに!!

隔月1回・金曜日 **要**
13:00～よちよち歩き 14:00～歩行完了 事前予約

子どもとママのお口の相談

お子さまの歯のケアはもちろん、妊娠中のママも気をつけたいお口のケアの方法を歯科医に相談できます。

毎月第3火曜日 **要**
13:30～15:30 キッズハウス 入場料

歯医者さんの歯並びと食育のお話

歯並びを良くするために、おうちでもカンタンにできることがあるって、ご存じでしたか? 歯が生えてくると、お手入れも気になります。歯医者さんなので、色々聞いてみてくださいね。

年2回 午後開催 **要**
事前予約

手作りおやつ試食会

ヘルスメイトさんが、お家で簡単に作ることができる、お子さまにピッタリのおやつレシピと共に紹介します。各回とも試食を50食用器しています。

毎月第3日曜日 **要**
①12:30～②14:30～ キッズハウス 入場料

おっぱい相談 (3ヵ月以上の乳幼児のお母さん対象)

「おっぱいの神様」としての助産師、橋本康子さん(ボランティア)が、授乳や卒乳などをアドバイス。3ヵ月未満の乳幼児のお母さん対象は毎月第2・4火曜日。

毎週水曜日 **要**
10:00～14:30 事前予約

●詳しくは、「子どもの館」ホームページで

<http://www.kodomo-how.com/>

北九州市八幡西区黒崎三丁目15番3号 COMCITY 7階 TEL.093-642-5555



●詳しくは、「元気のもり」ホームページで

<http://www.kosodate-fureai.jp/>

北九州市小倉北区浅野三丁目8番1号 AIMビル3階 TEL.093-522-4150



次回の「男2代の子育て講座」は、平成30年秋に子育てふれあい交流プラザで開催予定です。



NPO法人 **子ども未来ネットワーク北九州**