

ぴあちゅーれだより

2025年10月70号

発行 子育て支援サロン“ぴあちゅーれ”
小倉北区浅野3丁目8-1 AIMビル3階
子育てふれあい交流プラザ内
TEL 093-511-1085

かわら版

～ひとりで悩まず、一緒に考え楽しく子育てをしませんか～

今年の夏は猛暑、集中豪雨、等による天候不順でしたが、朝夕は少しずつ秋の気配も感じられるようになりました。北九州市立親子ふれあい交流プラザ内にある《子育て支援サロン“ぴあちゅーれ”》です。子育ての相談をする人がいない、転動してきたばかりで周りに話し相手がない、またしつけや育児方法がわからない等、悩んでいるお父さん、お母さんはいませんか。“ぴあちゅーれ”が子育てのお手伝いをします。一緒に考えていきましょう。気軽にお立ち寄りください。

※絵本・育児書の貸し出しもしています。
子育て電話相談：TEL 093-511-1085でお受けしています。
面接相談：保育士・看護師等がお子さんと遊びながら相談に応じています。

5・6・7・8・9月に開催されたミニ育児講座のアンケートより、参加された方たちの声です。

- ・しつけについて改めて考えるきっかけになって良かったです。
- ・久々に参加しましたが良い刺激になりました。土曜日の講座をこれからも時々開催してほしいです。
- ・他のお母さんとのお話やお子さんとの触れ合いができて参考になりました。
- ・今回2組での参加でしたので、月齢も同じでとても良かったです。
- ・いろいろとアドバイスをもらえて、がんばろうと思いました。
- ・これから起こりうることを早い時期に聞くことができ、主人ともかえって話そうと思いました。笑顔を忘れず子どもと向き合っていきたいです。
- ・今後の講座もできるだけテーマを選ばず、まずは聞いてみたいと思います。
- ・日々忙しくてなおざりになってたことを思い出しました。今しかできない大事な事を大事にできたらと思います。
- ・子育てのヒントを色々聞けて、とてもためになりました。またいろいろ教えていただきたいです。
- ・笑顔でいれるよう心の持ち方を大事にしていこうと思います。
- ・ふとした疑問を相談できて、とても参考になりました。ルールを作ることの大切さを改めて感じました。
- ・You tubeの件で悩んでいましたが、今日色々とお話を聞いてもらって、すっきりしました。
- ・今回もありがとうございました。遊びと講座と充実した時間でした。

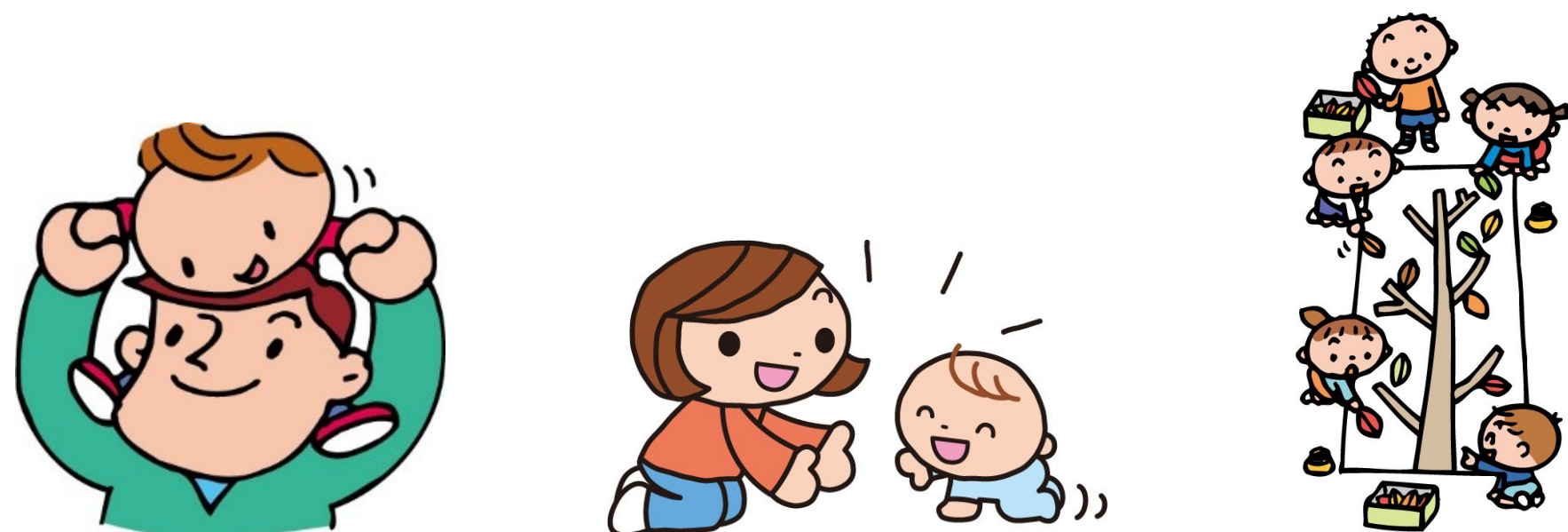
※参加された皆さんからの声をお聞きし、スタッフもたくさんのエネルギーをもらいました。

ミニ育児講座、今後の紹介

日程：下記参照 10時半～11時半
対象：一回につき3組の親子（前日までに予約が必要）
場所：子育て支援サロン“ぴあちゅーれ”
申込先：093-511-1085

10/9(木)：子どもの心見えていますか？（ねえねえ、こっち向いて）
10/20(月)：絵本から育ちにつながるもの（イメージ力、想像力、親子関係、等）
11/6(木)：一人で悩まないで、周りへのSOS発信
11/19(水)：生活リズムを考える、子どもにとって大事な物
12/6(土)：子どもの新しい発見、親の受け止め方
12/18(木)：メリークリスマス！子どもたちのワクワク感
1/8(木)：楽しい正月あそび、一緒に楽しみましょう
1/22(木)：親子関係から育っていく自己肯定感、どんな関わりがいいのかな？
2/10(火)：体を動かして思い切りあそぼう!!
2/19(木)：笑顔で子育て、親子の幸せ

※皆さんの参加をお待ちしています。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



福岡県で“流行”インフルエンザ患者急増中

インフルエンザの症状・経過



【参考】日本放送出版協会 編『きょうの健康 2008年12月』2008年

【インフルエンザの感染経路】

- ・飛沫感染 インフルエンザに感染した人の咳やくしゃみから出る飛沫を吸い込むことで感染します。
- ・接触感染 ウイルスが付着した物体（ドアノブなど）に触れた手で口や鼻を触れることにより感染します
- ・空気感染 通常起こりませんが、特定条件下では飛沫核を吸い込むことで感染します。

家庭でできる感染対策

1.窓を開けて換気

定期的に換気をしましょう
共用スペースや他の部屋も頻繁に換気しましょう。

2.部屋を分ける

可能な範囲で部屋を分けましょう
お世話はできるだけ限られた方で行い、接触する時間をなるべく短くするようにしましょう。
心臓、肺、肝臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

3.マスクを着用

同居家族は可能な範囲でマスクを着用しましょう
感染した家族に接する時や外出する時はマスクを着用しましょう。マスクを隙間無くフィットさせ、正しく着用しましょう。

4.手洗い等の手指衛生

こまめに手洗いしましょう

インフルエンザ予防

最適気温 20～25℃
最適湿度 50～60%
を保つことが推奨されています。

うがいであらい マスク

その他一般的な衛生対策として、汚れたリネン・洋服は洗濯し、ゴミは密閉して捨てましょう。

