

市は、乳幼児の子育てを応援しています。みんなで手を取り合って健やかな子どもを育てましょう。こどもの国ホームページでは市内の子育て施設やサービスなどを紹介しています。

【問い合わせ】子育て支援センターなかよし ☎35・8382



▲市こどもの国ホームページ



▲親子で「虫のポーズ」

講座
「親子ヨガでふれあい遊び」

「お菓子の国へ出かけましょう」という講師の声に合わせて、物語風に「親子ヨガ」が始まります。「大きなお菓子を見つけたよ。手を伸ばして取りましょう」と誘われて、思い切り背伸びをしたり、速足で歩いてみたりします。時には保護者が寝転んで、お腹の上に乗せた子どもの背中をなでるなどして、触れ合いながらヨガのポーズを取ります。アロマの香り心地よい音楽が流れる中、さまざまなポーズや動きをゆつくりと行うことで、ヨガ初心者でも、姿勢を整えたり、緊張を解きほぐしたりするなどのヨガの効果を体感できます。また、独特な呼吸法や用語の意味、効果などもあわせて学べます。

参加者からは「凝りや疲れをとる方法を教わることでできた」「背筋を伸ばす動きで、落ち着いた気持ちになれた」「姿勢の大切さが分かった」という声が聞かれました。

最後は、会場の照明を暗くし、目を閉じて体を休め、呼吸を整え、心と体を落ち着かせながら、講座は静かに終わります。

日々の育児でストレスや疲れがたまることあるかもしれません。そのような時は、子どもと一緒に遊び、遊ぶことができる子育て支援センターの活動に参加してみたいかがですか。



笑って「話」して「和」んで子育ての「輪」を広げませんか。ぜひご利用ください。

箱椅子を作りませんか

子ども用の箱椅子を作ります。子どもや孫のために腕をふるってみませんか。この箱椅子は机にするなどさまざまな用途に使えます。予約が必要です。なお子どもの参加はできません。

日時 令和2年1月18日(土) 午前10時～午後3時
場所 シルバー人材センター
定員 先着10人
費用 材料代3500円
受付期限 令和2年1月10日(金)

ともだちタイム

2、3歳児を対象に運動や工作、集団遊びを行って

います。予約が必要です。
日時 令和2年1月22日(水) 午前10時30分～午前11時30分 ※午前10時20分までに受付を済ませてください
場所 子育て支援センター
定員 20組

育児講座 健やかに育つて愛情いっぱいお家ご飯

子どもの食事作りに不安はありませんか。「好き嫌いも成長には大事なこと」などといった、毎日の食事作りに役に立つ内容の講座です。予約が必要です。

日時 令和2年2月5日(水) 午前10時～正午
場所 ふくとぴあ
定員 30人
講師 中島美香さん
託児 生後5カ月以上の未就学児、1人3000円、先着15人、要予約
託児受付期限 令和2年1月28日(火)

各催しの受付、問い合わせ 子育て支援センターなかよし ☎35・8382

Pickup Events



まちの観光イベントをご紹介します

ふくつ観光協会

年の瀬マルシェを開催

大人気の「福津マルシェ」年の瀬バージョンを開催します。正月の準備に、福津の新鮮な野菜や果物、花、特産品などはいかがですか。

日時 12月26日(木)、12月27日(金) 午前11時～午後4時 ※商品がなくなりしだい終了

場所 ふつくる

休館日のお知らせ

ふつくとると手みやげやふくつ本舗の年末年始休館日は次のとおりです。

ふつくる 12月31日(火)～令和2年1月3日(金)
手みやげやふくつ本舗 12月31日(火)～令和2年1月5日(日)

第46回九州地区大学合同寒中水泳大会を開催

九州地区の大学の水泳部員が一斉に真冬の海に飛び込み、新成人部員を胴上げします。大学対抗のビーチフラッグもあります。

日時 令和2年1月18日(土) 午前11時～正午

場所 津屋崎海水浴場 ※潮湯の里夕陽館前

問い合わせ ふくつ観光協会 ☎42・9988

福津市商工会

福津ぶらり市

福津の工芸・食を販売します。ぶらりと立ち寄ってみませんか。

期間 令和2年1月11日(土)～1月13日(月・祝) 午前10時～午後7時

場所 イオンモール福津1階サウスコート側通路

問い合わせ 市商工会 ☎42・0315



福津自慢の逸品が勢ぞろい

津屋崎千軒なごみ

青山正泉木こころ書の会

書とてん刻の教室です。**日時** 令和2年1月は3日を除く毎週金曜日、午前10時～正午

費用 1回千円

うみがめ室内管弦打屋コンサート

本格的な管弦楽の演奏をお楽しみください。

日時 令和2年1月15日(水) 午前11時～正午

オレンジカフェ津屋崎

認知症の人やその家族、地域住民など誰でも気軽に集える場所です。

日時 令和2年1月21日(火) 午後1時30分～午後3時30分
費用 茶菓子代など100円

なごみ歌カフェ

平川卓哉さんのギター演奏に合わせて、一緒に楽しく歌いましょう。

日時 令和2年1月25日(土) 午後2時～午後3時

受付、問い合わせ 津屋崎千軒なごみ ☎52・2122

藍の家 日記

福津市の野鳥写真展

鳥はどこにいて、何を食べて、どこで寝ているのでしょうか。鳥の暮らしをのぞいてみましょう。

日時 令和2年1月11日(土)～1月31日(金) ※31日は15:00まで

藍の家放送局

さまざまなジャンルのギターを演奏するジョンさんと、透明感あふれる歌声のマリンさんによるニューイヤーライブです。

日時 令和2年1月19日(日) 13:00～15:00

藍染め体験

インド藍でハンカチを染めます。自分で染めるためのインド藍の染料セット付きです。予約が必要です。

日時 令和2年1月25日(土) 10:00～12:00

費用 2,000円 **持参品** ビニール手袋、エプロン

●受付、問い合わせ 津屋崎千軒民俗館藍の家 ☎、FAX52・0605

●開館時間 10:00～16:00

(日曜日は10:00～17:00、12月29日(日)～令和2年1月4日(土)は休館)



いい素材、食材、人材をつなぐ地域商社

今日の「いいざい」

1月7日は「七草粥の日」

あんずの里市では、毎年1月7日に七草粥の振る舞いを行っています。七草はすべて福津産のものを使っています。家庭で料理できる「七草パック」も販売しています。福津産の七草を食べて、一年の無病息災を願ってはいかががでしょうか。

七草粥のふるまい

日時 令和2年1月7日(火) 9:00～ ※なくなりしだい終了

問い合わせ

あんずの里市 ☎52・5995



正月の疲れを七草で癒しませんか▶

問い合わせ 福津いいざい ☎72・6333