

令和7年 9月生まれ おめでとう Happy 1st birthday! さい



3歳
ただ けいと
多田 啓桐ちゃん



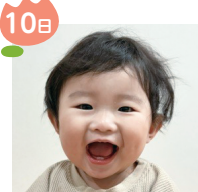
6歳
もり た なる
森田 成ちゃん



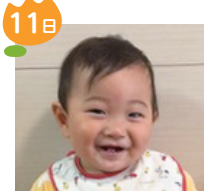
7歳
み かみ さ や
三上 紗矢ちゃん



8歳
はらぐち ゆ い
原口 結衣ちゃん



10歳
すぎもと むつ き
杉本 睦季ちゃん



11歳
なかはら ま ひろ
中原 真大ちゃん



11歳
す や ま ひ ろ と
陶山 紘叶ちゃん



12歳
いちのみや ま ひろ
一宮 茉優ちゃん



15歳
かたやま か え で
片山 楓ちゃん



17歳
かみむら お と
上村 陽音ちゃん



21歳
よねざわ め い
米澤 芽生ちゃん



22歳
ひがし かい と
東 海斗ちゃん



23歳
いしまる り く
石丸 睦ちゃん



29歳
はたち はつね
畑地 初音ちゃん



30歳
おかもと つぐ ほ
岡本 緒穂ちゃん



誕生月の前々月15日まで、電話または市ホームページで受け付けています。
(例)誕生日が令和7年11月の人は、9月15日までに応募してください。
経営企画課広聴広報係 ☎内線514 ページID:2633



あなたの子育てを応援します

にこにこ通信 : うめっこテラス
(子育て支援センター) 保育士

『睡眠について』

睡眠は脳の成長に必要不可欠です。「同じ時間に寝る」「同じ時間に起きる」といった規則正しい睡眠と覚醒(目覚め)のリズムを整えてよい睡眠をとることは、子どもの健やかな発育と成長、健康保持のためにとっても大切です。

〈よい睡眠のための4つのポイント〉

- ①朝、日の光を浴びる** 毎朝、同じ時間に起きてカーテンを開けましょう。朝の光を浴びると、心も体もすっきり目覚めます。
- ②朝ごはんを食べる** 朝ごはんを食べることで体温が上がり、元気に活動できます。また、しっかり噛むことで心と体が目覚めます。
- ③昼間はしっかり活動する** 昼間は、身体を動かしてしっかり活動しましょう。体を動かすことで心地よく疲れて、夜早く、深く眠ることができます。
- ④夜は部屋を暗くして早く寝る** 夜にテレビやゲーム、スマートフォンなどを使いすぎるとよい睡眠が得られません。毎日できるだけ同じ時間に布団に入り部屋を暗くするなど、眠りやすい環境を整えましょう。

赤ちゃんの睡眠

昼間は、明るい状態で周囲の音も普段通りで眠らせましょう。一方、夜は授乳やおむつ替えも明かりを最小限に行いましょう。優しくタッチすると赤ちゃんを落ち着かせることができ、睡眠の質と量を向上させることができます。また、乳幼児突然死症候群の発症リスクを減らすため、なるべくあおむけで寝かせましょう。

こどもお知らせ 広場



母子健康手帳交付 ー市民対象ー

- 受付日時 平日(土日・祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後4時【要予約】
※妊娠中・産後の健康やサポート、妊娠中の栄養についてお話しします。
- 持ってくるもの ・妊娠届出書 ・きょうだいがいる場合、上の子どもの母子健康手帳
・①または② ①マイナンバーカード
②個人番号の通知カードと顔写真つきの本人確認書類(運転免許証など)
※いずれも写しで可。 ※代理人は委任状などが必要です。
- 【妊婦支援給付金(1回目)の申請に必要な】
妊婦本人の振込口座の通帳またはキャッシュカードの写し
※妊婦本人との面談時に申請書を配布します。
- 問い合わせ・交付場所
子育て支援課 母子保健係 ☎(555)6781
住所:五条3-7-1 うめっこテラス(子育て支援センター)別館

※ださいふ子育て応援アプリ
「うめっこクラブ」(母子モ)による
事前申請・予約が便利です。



健康カレンダー(9月) 母子保健係 ☎(555)6781

イベント	対象	日程	時間
3歳児健診	令和5年8月11日～8月31生まれ	9日(木)	13:00～14:30
1歳6カ月児健診	①令和7年1月21日～2月10生まれ ②令和7年2月11日～2月28生まれ	①2日(木) ②16日(木)	
4カ月児健診	①令和8年4月21日～5月10生まれ ②令和8年5月11日～5月31生まれ	①7日(月) ②15日(火)	
乳幼児健康相談	0歳～就学前	8日(火)【要予約】	13:00～15:00
離乳食教室(中期・後期) ～ステップアップ&味わい探検編～	6～10カ月児	18日(金)【要予約】	10:00～12:00
離乳食教室(完了期・幼児食) ～ごはんマスターへの挑戦編～	10カ月～3歳児	18日(金)【要予約】	14:00～16:00
マタニティクラス	妊娠6カ月以降の妊婦	12日(土)【要予約】	14:00～16:00
パパママクラス	妊娠6カ月以降の妊婦・その家族	27日(日)【要予約】	10:00～12:00

イベントカレンダー(9月) 子育て応援係 ☎(919)6001 ページID:2299

イベント	対象	内容	日程	時間
はじめて広場	2～4カ月(第一子)の子どもと保護者	体操、歌、手遊び、 絵本の読み聞かせ など	1日(火)、17日(木)、29日(火)	13:30～14:30
のびのび広場	0歳の子どもと保護者		①7日(月)②9日(火) ③17日(木)④25日(金)	①③10:00～11:00 ②④13:30～14:30
	1歳の子どもと保護者		①2日(火)②11日(金) ③15日(火)	①③10:00～11:00 ②13:30～14:30
わくわく広場	2～6歳(就学前)の子どもと保護者		3日(木)、9日(火)	10:00～11:00
らんらん広場	0～6歳(就学前)の 多胎児と保護者		8日(火)	
ママ ベビースキンシップ講座	4～8カ月児と母親	着衣のままできる タッチケア	11日(金)	10:00～11:30
パパとあそぼう	0～6歳(就学前)の子どもと父親	体操、歌、手遊びなど	5日(土)	10:00～11:30
にこにこ講座	0～6歳(就学前)の子どもと保護者	基本的生活習慣と子どもとの関わり方について	30日(火)	10:00～11:30

※【要予約】うめっこクラブ(母子モ)の「太宰府市 オンライン予約」から申込