

久留米市
子育て交流プラザ

くるるん通信

NO.287 2026/ 8/1

〒830-0033 福岡県久留米市天神町8番地フラッグ久留米サウス5階

TEL 0942-34-5571 FAX 0942-34-5572 Email kururun@ktarn.jp



子育てセミナー

「ママのための優しい体感トレーニング
～抱っこしても崩れない美姿勢づくり～」

講師：ヨガインストラクター 内山 綾乃さん

産後や、赤ちゃんの抱っこなどで体に不調が
出やすい部分のトレーニングを行いました。

抱っこの仕方や正しい姿勢も教えて頂きました。

家でもできそうなので習慣化しようと思う

普段使わない筋肉を使って気持ち良かった

抱っこでつらい身体が楽になった



中高生ボランティア活動のお知らせ

7/20(月)～8/20(木)に夏休み期間、くるる
んのひろばで、中高生ボランティアが活動します。
お兄さん・お姉さんと一緒にあそびませんか？理解
ご協力よろしくお願いします。

あそびコレクション

人気のエプロン姿
でクッキング♪



クワガタムシ



7月生まれのお友だち



HAPPY BIRTHDAY!!

シールがいっぱいになったよ！



はるまくん

「くるるんの七夕飾り」

お願いごとが叶いますように☆



子育ての不安や悩み、誰かに聞いてほしいときは

子育てホットライン ☎ 0942-34-5573

毎週水曜（祝日を除く）10時～16時

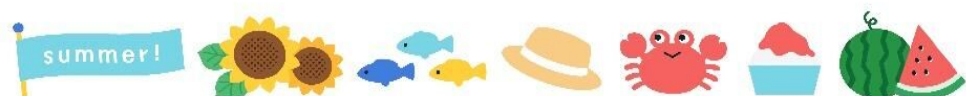
email 相談 kururun@ktarn.jp 相談室の利用もできます。



8月 行事予定



★申し込み・お問い合わせは 子育て交流プラザくるるん ☎0942-34-5571 までお気軽にどうぞ

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8 ※1
			☎ホットライン	10:45~11:45 くるるんひろば (お誕生会)		10:45~11:30 子育てセミナー
9	10 ※2	11	12	13	14	15
	10:30 / 13:30 ふれあいベビー マッサージ		☎ホットライン	休館日		
16	17	18 ※3	19 ※4	20 ※5	21	22
		10:30~12:00 こ子サポ 出張相談	10:30~11:30 小児科医と話そう ☎ホットライン	11:00~ くるるんひろば (製作あそび)		
23	24	25	26 ※6	27	28	29
	10:30 / 13:30 ふれあいベビー マッサージ		10:30~12:00 助産師相談 (受付☎11:00) ☎ホットライン	休館日		
30	31	summer! 				

※1「子育てセミナー」 “親子ふれあい運動あそび”

▼講 師：保育士 砂川 太さん・田中 慎悟さん

▼予約不要



※2「ふれあいベビーマッサージ」

タッチケアマッサージを取り入れながら、ふれあい遊び

絵本の読み聞かせなどを実施します♪ ▼予約不要

※3「こども子育てサポートセンター出張相談」

お子さんや自分、家族のことなどを保健師・保育士に相談できます。 ▼予約不要

※4「小児科医と話そう」 “子どもが出すサインをキャッチする”

▼小児科医：伊藤 雄平さん ▼予約不要

※5「くるるんひろば・製作あそび」

“はらぺこあおむしの紙皿シアター”

▼先着30組 ▼予約不要



※6「助産師相談」 助産師が健康について個別に相談に応じ

ます。計測もできます。 ▼受付11時まで ▼予約不要

お知らせ

9月の助産師相談は第5水曜9月30日(水)に開催します。