

豊橋みなとシティマラソン

とき: 11月14日(日)午前10時30分 **部門など:** 右表
コース: 総合スポーツ公園(神野新田町字ユノ割)ー六条潟大橋ー神野西町方面(折り返しコース) **申し込み:** 10月19日までにシティマラソンは次の①～③の方法で申し込んでください。①募集要項に付属の郵便振込取扱票で参加料を振り込む②直接、市役所スポーツ課(東館11階)または豊橋市体育協会(岩田運動公園内)③ホームページ(<http://runnet.jp/>)。さわやかジョギングは、返信先明記の往復はがき(1枚につき5人まで)で住所、氏名、年齢、性別、生年月日、昼間の連絡先を豊橋みなとシティマラソン実行委員会事務局(〒440-8501住所不要)※募集要項は市内各スポーツ施設、スポーツ課で配布中 **その他:** お楽しみ抽選会あり。さわやかジョギングは順位を競いません **問合せ先:** 豊橋みなとシティマラソン実行委員会事務局(ス



昨年の豊橋みなとシティマラソンのようす

スポーツ課内 ☎51・2864)

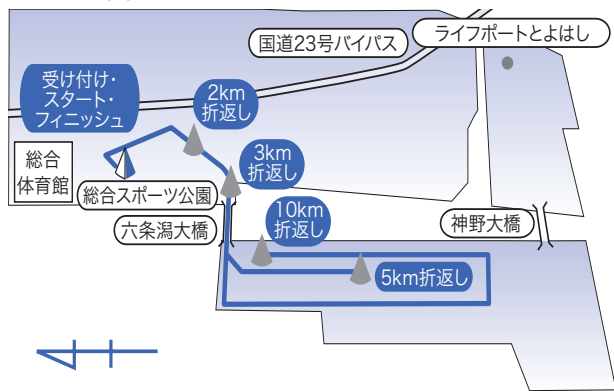
■シティマラソン

距離	部門	参加料(1人)
10km	男子高校生～39歳、男子40歳～59歳、男子60歳以上、女子高校生～39歳、女子40歳以上	2,000円 (高校生1,000円)
5km	男子高校生～39歳、男子40歳以上、女子高校生以上	
3km	男子中学生、女子中学生	1,000円
2km	男子小学生、女子小学生	500円

■さわやかジョギング

距離	部門	参加料(1人)
2km	小学生以上	無料

■コース図



日本女子ソフトボールリーグ1部豊橋大会

情報ピックアップ



昨年の女子ソフトボールリーグのようす

■10月2日(土)

	開始時間	組み合わせ
第1試合	午前10時30分	Honda vs トヨタ自動車
第2試合	午後1時	デンソー vs 伊予銀行

■10月3日(日)

	開始時間	組み合わせ
第1試合	午前10時30分	伊予銀行 vs Honda
第2試合	午後1時	トヨタ自動車 vs デンソー

■入場券 ※70歳以上および小学生以下は無料

種類		価格	販売所
一般	前売り券	1,000円	豊橋市体育協会、総合体育館、ヤマモトスポーツ、オオタスポーツ、牛田スポーツ、チケットぴあ取扱店(ファミリーマート・サンクス・サークルK)、ローソンチケット
	当日券	1,200円	
中・高校生	前売り券	600円	
	当日券	800円	

とき 10月2日(土)・3日(日)(予備日4日)
ところ 市民球場(岩田運動公園内) **その他** 雨天などにより開催期間中(予備日も含む)に1試合も成立しなかった場合は、入場券を払い戻します。入場後に雨天などにより試合が成立しなかった場合は、

手持ちの半券に押印などをして予備日の入場券とします。大会期間中は駐車場がありませんので公共交通機関を利用してください。

問合せ先

豊橋市体育協会(☎63・3031)

市民企画セミナー ママもパパも赤ちゃんもみんなニコニコ

日程など: 下表(全2回) **ところ:** 男女共同参画センター「パルモ」(神野ふ頭町ライフポートとよはし内) **対象:** 生後1か月～1歳(歩き出す前)の子どものと親 **内容:** スキンシップやコミュニケーションを通じて家族の絆を深めるほか、産後の女性の体について理解し、簡単な健康体操を学びます **定員:** 15組(抽選) **受講料:** 無料 **その他:** 6か月～未就学児の託児あり(予約制。1人200円必要) **申し込み:** 9月22日までに男女共同参画課(☎51・2188)

■ママもパパも赤ちゃんもみんなニコニコ

とき	テーマ	講師※敬称略
10月3日(日) 午前10時～11時30分	パパと赤ちゃんのスキンシップ! はじめてのベビーマッサージ 産後ママの健康美容体操 (肩盤体操、肩こりに効く体操など)	西村みゆき (ベビークアセラピスト) 金子真弓(健康管理士)、 青山範子(美肌リンパセラピスト)※いずれも市民企画委員
11月7日(日) 午前10時～正午	みんなでトーク! そうだったのか!! 妻の想い夫の想い	武井美智子(コミュニケーションインストラクター)

ヘルシー体操教室

日程など: 下表 **ところ:** 保健所・保健センター(中野町字中原「ほいつぶ」内) **講師:** 健康運動指導士 **定員:** 各30人(申込順) **参加料:** 無料 **申し込み:** 9月3日から参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を健康増進課(☎39・9139)

■ヘルシー体操教室 時間は午前10時～11時30分

とき	対象	内容
9月29日(水)	市内在住の女性	家事の合間などに取り入れることのできる簡単な運動の実践をとおして健康的にきれいになる方法を学びます
10月18日(月)	市内在住の方	腰痛や肩こりに悩んでいる方向けに身体を動かすことによる対処法や予防法を実践します

館蔵浮世絵展 東海道を描いた浮世絵師 北斎・広重・豊国・国芳・英泉

とき: 9月11日(土)～10月3日(日)午前9時30分～午後5時(月曜日休館。9月20日は開館し、翌日休館) **ところ:** 二川宿本陣資料館(二川町字中町) **内容:** 二川宿本陣資料館が所蔵する浮世絵の中から、北斎・広重・豊国・国芳・英泉などの浮世絵師が描いた東海道の浮世絵を展示します **入館料:** 一般400円、小・中・高校生100円 **問合せ:** 二川宿本陣資料館(☎41・8580)



美人東海道日本橋 深斎英泉画



幼児ふれあい教室 ※開催場所は申込先と同じ

講座名	とき	対象/定員(抽選)/ 受講料/その他	内容/講師※敬称略	申し込み
赤ちゃんとお話しましょう(全5回)	9月29日～10月27日の水曜日 午前10時～11時30分	6か月以下の乳幼児と保護者/20組/無料	タッチケアを基本にベビーサインの初歩を学び、お母さん同士の仲間作りをします/鈴木佐和子(日本ベビーサイン協会認定講師)	9月7日～16日に直接、中部地区市民館(東松山町☎53・0638)
リズムで遊ぼう(全5回)	10月14日・21日・28日、11月4日・11日の木曜日 午前10時～11時30分	2・3歳児と保護者/20組/無料/託児2回あり(保険料など1人300円必要)	うたやリズム遊びをとおして、親子のふれあいの大切さや、幼児期の子育てのあり方を学びます/池田信子(幼児教室主宰)	9月15日までに本郷地区市民館(浜道町字桜☎46・8487)
親子で楽しく・幼児期の食(全5回)	10月6日・20日、11月10日・24日、12月1日の水曜日 午前10時～11時30分	1歳児と保護者/20組/無料/託児2回あり(保険料など1人500円必要)	親子が楽しく遊びながら、ふれあいを深めるとともに、幼児期の食について学びます/中野晴子(保育園長)ほか	9月19日までに、はがきで住所、親子の氏名、子の月齢、性別、アレルギーの有無とその内容、電話番号を二川地区市民館(〒441-3142大岩町字東郷内111-1☎41・0551)
親子で元気にワンツースリー(全5回)	10月8日・15日・22日、11月5日・12日の金曜日 午後1時30分～3時	6か月～1歳児と保護者/20組/無料/託児2回あり(保険料など1人800円必要)	ベビーピクスと産後のヨガや簡単なヒップホップダンスなどの講座と離乳食やおやつ作りの実習をします/金田宏美(ベビーピクスインストラクター)ほか	9月15日までに、はがきで住所、親子の氏名、子の月齢、性別、電話番号を東部地区市民館飯村分館(〒440-0835飯村南四丁目6-3☎64・5261)