

 **いきいき介護者教室**

日程など: 右表(全4回。1回のみ参加可) **ところ:** つつじが丘地域福祉センター(佐藤五丁目) **対象:** 介護者、介護に関心のある方(介護職従事者は除く) **定員:** 30人程度(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 10月15日から豊橋市社会福祉協議会(☎54・7170) **問合せ先:** 豊橋市社会福祉協議会、高齢福祉課(☎51・2338)

■いきいき介護者教室 時間は午後1時15分～3時15分


とき	内容	講師
11月7日(金)	生活不活発病、高齢者の栄養と食べやすさの工夫	保健師、管理栄養士
11月14日(金)	移動や更衣の介助のポイント	介護福祉士
11月21日(金)	忘れないで大切なお口のお手入れ	歯科医師、歯科衛生士
11月28日(金)	認知症について	医師

 **三遠南信コミュニティカレッジ 鉄道の未来学**


日程など: 右表 **ところ:** 愛知大学豊橋校舎本館5階(町畑町字町畑) **対象:** 三遠南信地域と周辺に居住し、「鉄道」とおして三遠南信の地域づくりに取り組んでいこうと考えている方 **内容:** 「鉄道の未来学」をテーマに地域の貴重な財産である鉄道の新しい方向を市民の方と一緒に考えます **定員:** 各50人(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 希望日、氏名(ふりがな)、性別、年齢、連絡先(住所、電話番号、Eメールアドレスなど)、職業を愛知大学三遠南信地域連携センター「三遠南信コミュニティカレッジ係」(☎cc2008@ml.aichi-u.ac.jp ☎47・4576) **問合せ先:** 愛知大学三遠南信地域連携センター(☎47・4157)、企画課(☎51・2180)

■三遠南信コミュニティカレッジ 鉄道の未来学 時間は午後1時30分～3時30分

とき	テーマ	講師※敬称略
10月25日(土)	鉄道未来予想図	中村満(東海旅客鉄道(株)東海鉄道事業本部長)
11月1日(土)	飯田線ろまん100年	日向聖一(東海旅客鉄道(株)飯田支店長)
11月8日(土)	路面電車と豊橋のまちづくり	田中敏和(豊橋鉄道(株)取締役鉄道部長)
11月15日(土)	「天浜線」のこれから	井口健二郎(天竜浜名湖鉄道(株)代表取締役社長)
11月22日(土)	地域活性化と鉄道	川上洋司(福井大学大学院工学研究科教授)
11月29日(土)	LRT導入に向けて市民が果たした役割	岡本勝規(北陸線・ローカル線の存続と公共交通をよくする富山の会世話人)

 **スポーツ教室 申し込み:** 10月22日午前9時から参加料(おつりのないよう用意してください)を豊橋市体育協会(☎63・3031)、総合体育館、武道館、総合運動場管理事務所、各地区体育館、トレーニングセンター、グリーンスポーツセンター※下記のスケート教室はアクアリーナ豊橋では受け付けできません

教室名	とき	ところ	対象/定員(申込順)/参加料/持ち物/その他
乗馬教室(レディーズ)(全2回)	11月23日(祝)・24日(休)午前10時～正午(雨天順延30日(日))	高師緑地公園内馬場(高師町字北原)	小学5年生以上の女性/20人/3,500円(中学生以下は3,000円)
スケート教室(12月コース)(全4回)	12月7日・14日・21日・28日の日曜日午前8時30分～10時	アクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割)	年長児以上/220人/3,000円(中学生以下2,500円)/手袋、帽子/貸靴あり(使用料1回300円必要※サイズは15cm以上)

 **親子ふれあい教室**

講座名	とき/ところ	対象/定員(抽選)/受講料/持ち物	内容	申し込み
親子わくわく牧場体験	11月23日(祝)午前10時30分～午後2時/野口牧場(野依町字東山)	小学生と保護者/15組/1人300円/タオル、昼食、飲み物、空の500mlペットボトル容器(1人1個)	牧場で乳しぼり、子牛の哺乳、ブラッシングなどを体験し、バター作りをします	10月29日までに社会教育課(☎51・2851)

 **家庭教育講座 ※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	内容/講師※敬称略	申し込み
子どものこと、わかってあげたい(全5回)	11月13日～12月11日の木曜日午前10時～11時30分	就学前の子どもの保護者/20人/無料(材料費200円必要)/6か月以上の託児あり(予約制。保険料など1人500円必要)	話し方・聞き方・叱り方、食習慣などから、子どもの心に寄り添った子育てを学びます。おやつ作り実習も行います/榊原龍子(親業シニアインストラクター)ほか	10月30日までに二川地区市民館(☎41・0551)

農業ふれあい講座 野菜づくり

とき: 11月13日(木)午前10時～正午(雨天順延20日(木)) **ところ:** 農業総合試験場東三河農業研究所(飯村町字高山)
内容: 研究員から試験ほ場で野菜の育て方を学び、大根の食味試験を体験します **定員:** 15人(抽選) **参加料:** 無料
持ち物: 帽子、軍手、長靴、タオル、飲み物、筆記用具 **申し込み:** 10月31日(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚2人まで)で講座名、参加者全員の住所・氏名・電話番号を農政課(〒440-8501住所不要 ☎51・2472)

サテライトセミナー 会議上手のコツと裏ワザ

とき: 11月29日(土)午後1時～2時30分
ところ: 女性会館(神野ふ頭町ライフポートとよはし内) **内容:** 会議や打ち合わせをスムーズに楽しく運営する方法を学びます **講師:** 釘山健一さん(会議ファシリテーター普及協会代表) **定員:** 60人(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 10月21日から男女共同参画課(☎51・2188)

学習教室 三河地学めぐり

とき: 11月22日(土)午前9時30分～午後3時30分(雨天順延23日(祝)) **ところ:** 新城市ほか **集合・解散:** 自然史博物館
対象: 小学4年生以上 **内容:** バスで中央構造線沿いに東三河を縦断し、貝の化石や地層の観察をします **講師:** 当館学芸員 **定員:** 25人(抽選) **参加料:** 300円 **申し込み:** 11月12日(必着)までに返信先明記の往復はがきで教室名、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を自然史博物館(〒441-3147大岩町字大穴1-238) **問合せ先:** 自然史博物館(☎41・4747)



三河地学めぐりのようす

健康づくりの料理教室 地産地消で今日も元気!!

日程など: 下表 **対象:** 市内在住の方(子どもの同伴不可) **内容:** バランスの良い献立(キャベツ入りメンチカツ、青じそ衣の白あえ、大根の味噌汁、うずら玉子のプリン)の調理実習 **講師:** 食生活改善推進員 **定員:** 各20人(抽選。初回優先) **参加料:** 無料 **申し込み:** 10月30日(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚2人まで)で教室名、希望日(第2希望まで)、参加者全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・過去の教室参加有無を食生活改善協議会「健康づくりの料理教室」係(〒440-8799郵便事業(株)豊橋支店留め) **問合せ先:** 食生活改善協議会(☎45・3213)、健康課(☎51・2370)

■地産地消で今日も元気!! 時間は午前9時45分～午後1時

とき	ところ
11月20日(木)	東陵地区市民館 (牛川町字乗小路)
11月28日(金)	生活家庭館 (高師町字北原)
12月9日(火)	南陽地区市民館 (草間町字平東)

暮らし情報

医療

平成21年度就学児童健康診断

来年4月に小学校に入学する子ども(平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ)を対象に、11月30日までに入学前の健康診断を行います。転居などで入学までに通学校区が変わる場合でも、健康診断の実施時期に居住している校区の学校で受診してください。実施日は本人・保護者あてに通知しますので、通知が届かない場合は連絡してください。

問合せ先: 保健給食課(☎51・2821)

11月のふれあい・子育て情報

■新生児訪問指導

対象 出産後おおよそ1か月以内の方 **内容** 育児や授乳方法などについて助産師などが家庭訪問を行い、相談に応じます **その他** 詳しくは母子健康手帳と同時配布の「パパとママへ」を見てください

■外国人母子保健相談

とき 17日(月)午後1時15分～3時45分 **対象** 外国人の乳幼児と保護者(ポルトガル語英語を話せる方) **内容** 妊娠・出産・育児についての相談
乳幼児の身体測定 **定員** 5人(申込順) **持ち物** 母子健康手帳

■大きくなあれ

とき 26日(水)午前10時～11時30分 **対象** 低出生体重児・双子・三つ子の子どもと保護者、多胎の妊婦 **内容** 親子あそびと話し合い **持ち物** 母子健康手帳

■どこ

明記していない場合は母子保健センター(松葉町三丁目) **参加料** 無料 **申し込み** 母子保健センター(☎51・2375)※定員のないものは直接現地へ