

普通救命講習会

とき: 12月13日(土)午後1時30分～4時30分 **ところ:** 中消防署(東松山町)
対象: 中学2年生以上 **内容:** 事故現場などに居合わせた時、適切な応急手当ができるように知識、技能を身に付けます **定員:** 30人(申込順) **受講料:** 無料 **その他:** 修了者には修了証を交付。受講後2年を経過する方も、救命技能の維持向上のため再度受講してください。駐車場は中消防署東側訓練場を利用してください **申し込み:** 12月6日までに中消防署(☎52・0119)

ターゲットバードゴルフ・スカイクロス講習会

とき: 12月13日(土)午前9時～正午(雨天順延20日(土)) **ところ:** グリーンスポーツセンター(大岩町字火打坂) **内容:** ターゲットバードゴルフ(羽根付きボールでのミニゴルフ)とスカイクロス(ゴルフと輪投げを合わせたスポーツ)を学びます **定員:** 50人(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 12月11日までに氏名、年齢、電話番号を豊橋市体育協会(☎63・3031)

里親養育体験発表会

とき: 12月4日(木)午前10時30分～正午 **ところ:** 愛知県東三河総合庁舎(八町通五丁目) **内容:** 里親制度の説明と里親(養育型・養子型)の体験発表をします **定員:** 100人程度(先着順) **参加料:** 無料 **問合せ先:** 東三河児童・障害者相談センター(☎54・6465)、市役所子育て支援課(☎51・2327)

みどりの講座 梅の木剪定

とき: 12月13日(土)午後2時～4時 **ところ:** 細谷町地内 **対象:** 市内在住・在勤の方 **内容:** 南高梅の剪定を実習します **講師:** 松下幸嗣さん(梅栽培農家) **定員:** 18人(抽選) **受講料:** 無料 **持ち物:** 剪定はさみ、小型のこぎり **申し込み:** 11月28日(必着)までに返信先明記の往復はがきで講座名、郵便番号、住所、氏名、電話番号、市外在住の方は勤務先を豊橋みどりの協会(〒441-3147 大岩町字大穴1-238) **問合せ先:** 豊橋みどりの協会(☎41・7400)

高齢者就業希望者対象講座

とき: 来年1月20日(火)～22日(木)(全3回) 午前9時～午後3時 **ところ:** 石巻高齢者活動センター(石巻本町字市場)ほか **対象:** 市内在住の60歳代前半の方 **内容:** 柿の木剪定に関する講座と実習 **講師:** 東三河農林水産事務所職員ほか **定員:** 20人(抽選) **受講料:** 無料 **申し込み:** 12月15日(必着)までに返信先明記の往復はがきで講習名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、生年月日、電話番号を豊橋市シルバー人材センター(〒441-8087 牟呂町字東里42-2) **問合せ先:** 豊橋市シルバー人材センター(☎48・3301)

認知症予防グループ活動パネル展示

とき: 11月25日(火)～12月12日(金) **ところ:** 市役所ギャラリー(東館1階) **内容:** 市の行っている認知症予防活動と、その活動に参加している9つのグループの活動のようすを紹介します **観覧料:** 無料 **問合せ先:** 高齢福祉課(☎51・2338)

ライフアップセミナー ※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
父と子の冬休み 思い作り講座 パパ、あそぼっ!	12月21日(日) 午前10時～午後3時	小学生と保護者(男性)／ 15組／無料(材料費1組 1,500円程度必要)	一緒にクリスマス料理作り、 凧作り、凧揚げに挑戦 します／豊橋凧保存会ほか	12月10日までに女性会館 (神野ふ頭町ライフポート とよはし内☎33・2822)

市民大学トラム一般講座 ※開催場所は申込先と同じ

詳しくは生涯学習情報サイト「e-glad!」(<http://www.e-glad.jp/>)

講座名	とき	定員(抽選)/受講料	内容/講師※敬称略	申し込み
南画を描いてみよう (全8回)	12月11日・25日、来年 1月8日・22日、2月12日・ 26日、3月12日・26日 の木曜日午後2時～4時	20人／1,000円(別途 材料費2,000円必要)	豊橋地方に栄えた南画につ いて学習しながら、文化とし ての南画を再発見します／ 平野晟哉(南画教室主宰)	12月2日までに牟呂 地区市民館(東脇二丁 目☎32・4615)

スポーツ教室

申し込み: 11月20日午前9時から参加料(おつりのないようによく用意してください)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※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
スケート教室 1月コース (全4回)	来年1月11日(日)・12日 (祝)・18日(日)・25日(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)

募集



植物園 イベントのへや出展者

対象:平成21年度に、植物に関する展示会を希望する団体 **展示作品例:**寄せ植え、生け花、盆栽、フラワーアレンジメント、植木鉢、木工細工、写真など **展示期間:**6日以上1か月未満 **出展料:**無料 **その他:**結果は来年1月下旬に通知 **申し込み:**11月15日～12月15日に展示会名、展示内容、団体名、展示期間、代表者の住所・氏名・電話番号を豊橋みどりの協会(☎41・2185 ☎41・0201)

消防団員

各校区では消防団が組織され、火災や風水害から郷土を守るための活動を続けています。消防団では災害に強い町づくりのために力を貸してくれる男性・女性団員を募集しています。あなたの持っている力を、地域防災に役立ててみませんか。

■女性分団

来年度から新たに、女性だけの分団の創設を計画しています。

問合先:地域の消防団、消防本部総務課(☎51・3111)

消化器系難病患者・家族のつどい

とき:12月2日(火)午後1時30分～4時
ところ:保健所(富本町字国隠) **対象:**潰瘍性大腸炎やクローン病などの消化器系難病患者と家族 **内容:**消化器系難病患者に配慮した食事についての講話、グループワーク、交流会。試食あり **講師:**保健所管理栄養士 **定員:**40人(申込順) **参加料:**無料 **申し込み:**11月28日までに保健予防課(☎51・3621 ☎37・2219)

認知症座談会

とき:12月17日(水)午後1時～3時30分
ところ:つつじが丘地域福祉センター(佐藤五丁目) **対象:**認知症の家族を抱える介護者 **内容:**対象者が集まる場を設け、専門医への相談や介護者同士が同じ悩みを話し合います **講師:**伊苅弘之さん(福祉村病院副院長) **定員:**15人(申込順) **参加料:**無料 **申し込み:**12月9日までに住所、氏名、電話番号を豊橋市中央地域包括支援センター(☎54・7170) **問合先:**豊橋市中央地域包括支援センター、高齢福祉課(☎51・2338)

暮らし情報

支援



禁煙ニコニコプラン

とき:12月9日(火)①午前9時②午前10時30分③午後1時30分④午後3時 **ところ:**市役所健康課健康相談室(東館3階) **対象:**市内在住の方 **内容:**約3か月間で禁煙を目指します。禁煙開始後の辛い症状を上手に乗り切るため、個人に合わせた検査や面接を行います **講師:**保健師 **定員:**4人程度(申込順) **参加料:**無料 **申し込み:**12月8日までに健康課(☎51・2370)



12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

■パパママ教室

後期コース **とき** 2日(火)午後1時30分～4時 **対象** 妊娠中期から後期頃の妊婦と夫 **内容** 出産と育児の話、赤ちゃんの抱き方やおむつ交換などの実技 **先輩ママとの交流やグループワーク**による仲間づくり **定員** 20組(申込順)

休日コース **とき** 14日(日)午前9時30分～午後0時30分 **対象** 平日参加が困難な妊婦と夫 **内容** 妊娠中の栄養の話、出産と育児の話、赤ちゃんの抱き方やおむつ交換などの実技、グループワーク **定員** 20組(申込順)

■ティーンズスマタニティクラス

若ママ、育児仲間をつくりましょう
とき 8日(月)午後1時30分～4時

対象 20歳未満の妊婦 **内容** グループワークによる仲間づくり、赤ちゃんの抱き方やおむつ交換の実技など **定員** 20人(申込順) **持ち物** 母子健康手帳

■妊娠・出産に関する相談

とき 9日(火)午後1時30分～3時30分 **対象** 市内在住の女性とパートナーなど **内容** 助産師などが妊娠・出産に関する内容の相談に応じます **定員** 4人(申込順)

■大きくなあれ

とき 24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

■ところ

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 **申込先** 母子保健センター(☎51・2375) ※定員のないものは直接現地へ