

👤 ライフプラン・退職準備セミナー

とき:3月7日(出)午後1時～3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) **対象:**おおむね55歳以上で中小企業に勤務する勤労者(夫婦での参加も可) **内容:**年金とライフプランについて考えます **講師:**関山勝之さん(東海労働金庫営業統括部ライフプラン室調査役) **定員:**60人(申込順) **参加料:**無料 **持ち物:**電卓、筆記用具 **申し込み:**2月27日までに愛知県労働者福祉協議会東三河支部(東海労働金庫豊橋支店内 ☎0120・69・0146 ☎63・3113) **問合せ先:**愛知県労働者福祉協議会東三河支部、工業勤労課(☎51・2437)

👤 手話体験講習会 手話ってなあに?

とき:3月22日(日)午後1時～4時 **ところ:**あイトピア(前畑町) **内容:**自己紹介など基本的な手話表現や、聴覚障害者の日常生活などを学びます **定員:**50人(申込順) **参加料:**500円 **申し込み:**3月13日までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

👤 いきいき介護者教室

日程など:下表(全4回。1回のみでの参加も可) **ところ:**大清水地域福祉センター(大清水町字大清水) **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:**2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
3月3日(火)	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
3月10日(火)	移動や更衣の介助のポイント	介護福祉士
3月17日(火)	忘れないで大切なお口のお手入れ	歯科医師、歯科衛生士
3月24日(火)	認知症について	医師

👤 ボランティアはじめの一步セミナー

とき:3月21日(出)午後1時30分～4時30分 **ところ:**あイトピア(前畑町) **内容:**ボランティア活動に関する基礎知識の紹介と、活動中のボランティアによる相談コーナー **講師:**豊橋市社会福祉協議会職員ほか **定員:**50人(申込順) **受講料:**無料 **申し込み:**2月16日～3月13日に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

👤 認知症予防 脳の健康教室

とき/ところ:4月～8月の火曜日/つじが丘地域福祉センター(佐藤五丁目)、水曜日/八町地域福祉センター(八町通五丁目)、木曜日/あイトピア(前畑町)・牟呂地域福祉センター(牟呂町字内田)、金曜日/大清水地域福祉センター(大清水町字大清水)。時間は午前中(牟呂地域福祉センターは午後)の30分程度 **対象:**70歳以上の方 **内容:**簡単な読み書きと計算をして脳を活性化させ認知症予防を行います **定員:**各30人(申込順) **受講料:**1,000円(教材代) **申し込み:**3月16日までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

👤 普通救命講習会

とき:3月15日(日)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。駐車場は中消防署の東側訓練場を利用してください **申し込み:**3月8日までに中消防署(☎52・0119)



AED操作を学ぶようす

👤 ふれあい創作教室 奥三河の味こんにやく作り

とき:3月22日(日)午前9時～午後5時
ところ:神田ふれあいセンター(北設楽郡設楽町) **集合:**午前8時45分までに青少年センター(牟呂町字東里) **対象:**市内在住の小・中学生と保護者 **内容:**バスで設楽町へ行き、地元の方に教えてもらってこんにやくを作り、試食します **定員:**40人(申込順) **参加料:**無料(材料費小・中学生1人300円、大人1人500円必要。当日集金) **持ち物:**昼食、エプロン、タオル **申し込み:**2月24日から青少年センター(☎46・8925)

👤 愛知県不妊専門相談センター 公開講座

とき:3月1日(日)午後1時30分～4時
ところ:市民病院講堂(青竹町字八間西) **内容:**不妊治療の最先端で治療に当たる医師、不妊カウンセラーほかによる講演など **定員:**150人(先着順) **受講料:**無料 **問合せ先:**名古屋大学医学部附属病院(☎052・741・2111 ☎<http://www.med.nagoya-u.ac.jp/obgy/afsc/aichi/>)、豊橋市母子保健センター(☎51・2375)

👤 豊橋田原食育体験講座 未来の自分をつくる食

とき:3月12日(木)正午～午後3時 **ところ:**日本料理「宮本」(東小鷹野四丁目) **対象:**豊橋市・田原市在住の方(子どもの同伴不可) **内容:**旬の食材をいかした地産地消ランチと食育体験講座「食生活でできる健康管理」 **講師:**芳本信子さん(名古屋文理大学短期大学部教授) **定員:**20人(抽選) **受講料:**2,500円(食事代含む) **申し込み:**2月27日(必着)までに住所、氏名、電話番号を豊橋田原広域農業推進会議事務局(農政課内 ☎440-8501 住所不要 ☎56・5130 ☎nousei@city.toyohashi.lg.jp ☎<http://www.city.toyohashi.aichi.jp/nousei/>) **問合せ先:**農政課(☎51・2471)

こども未来館

問合せ先:こども未来館(☎21・5525)

■なつかしのホーロー看板展 サミゾチカラコレクションより

豊川市在住で日本有数のホーロー看板収集家佐満力さん(看板と広告の資料館・珙瑯看板研究所主宰)が収集したホーロー看板やキャラクターグッズなどに囲まれ、昭和の懐かしいあの頃にタイムスリップ!昔懐かしい遊びのコーナーもあります。

とき:2月22日(日)~3月3日(火)午前9時30分~午後5時 入場料:無料
申し込み:不要



佐満力さんとコレクション

■太極拳で心も体もゆったりしよう

とき:2月22日(日)午後1時~1時30分 ところ:芝生広場(雨天時はここに広場) 内容:太極拳は中国古来の武術を源とする気功健康法です。誰にでもできる健康太極拳で心身をリラックスします 参加料:無料 申し込み:不要

■各種プログラム

申し込み:3月6日(必着)までに返信先明記の往復はがきで①講座番号・講座名(1通に1つ)、②参加者全員の氏名・学年(年齢)、③代表者の氏名・電話番号をこども未来館(〒440-0897 松葉町三丁目1)

	番号	講座名	とき	参加料	対象/定員(抽選)	協力※敬称略
しごと体験プログラム	1	キーマカレーとナンづくり	3月20日(祝)午前10時~正午	500円	小学3年~中学生/25人	手づくりパン教室 ぼへの
	2	手品師になろう	3月20日(祝) 午後1時30分~3時30分	300円	小学生/20人	豊橋マジッククラブ
	3	地元の牛乳でバターづくりに挑戦!	3月21日(土)午前10時~11時	500円	年少児~小学6年生(2年生以下は保護者同伴)/30人	中央製乳(株)
	4	陶芸家に挑戦!自分だけのお皿をつくろう	3月22日(日)午後2時~4時	700円	小学生/15人	陶芸教室 ティモール
プログラムの他	5	絵本やさん TapTap(たぶたぶ)のお話ライブ	3月19日(木) 午前10時30分~11時30分	無料	3歳以下の子どもと保護者/20組	絵本やさん TapTap(たぶたぶ)

■ここに講座

申し込み:2月20日から、こども未来館ここに事務局(2階☎21・5527) ※開講中の講座は随時申し込み その他:このほかさまざまな講座を開講しています。詳しくはホームページ(<http://www.coconico.jp>)、館内設置のチラシ

	講座名	とき	対象/受講料
4月スタート	いきいきアートで楽しもう(全6回)	4月2日・16日、5月14日・28日、6月4日・18日の木曜日午前10時~11時30分	18歳以上/7,000円(材料費込)
	ママのためのフラダンス(月3回)	火曜日午後1時30分~2時30分	未就学児と保護者/月4,200円
	あなたも素敵にフラダンス(月3回)	火曜日午後2時45分~3時45分	18歳以上/月4,200円
開講中	こどもバレエA(月3回)	火曜日午後4時30分~5時25分	年長児~小学3年生/月4,200円
	こどもバレエB(月3回)	火曜日午後5時30分~6時25分	小学4~6年生/月4,200円
	大人のクラシックバレエ(月3回)	火曜日午前10時~10時50分	18歳以上/月4,200円
	ベリーダンス(月3回)	金曜日午前11時5分~午後0時5分	18歳以上/月4,200円
	シェイプアップチアダンス(月3回)	金曜日午後7時30分~8時30分	中学生以上/月4,200円