

# パパママ

主に未就学児のパパママ向けのイベントや、子育て支援などに関する情報を紹介します。



PICK UP



## 笑顔が増えるリズム体操教室体験 ①赤ちゃんクラス②親子クラス

とき: 4/11(木)、4/18(木)、4/25(木) ①9:30~10:15 ②10:30~11:15  
ところ: 牛川地区体育館 対象: ①腰座り・ずり這い~よちよち歩きの子 ②しっかり歩ける子~未就園児 定員: 各10組(申込順) 料金: 各1,100円 持ち物: 室内用運動靴 申込み: 随時、総合体育館(☎32・9611) 108994

## パパママ子育て講座 食品サンプル クリームソーダを作ろう

とき: 5/12(日)10:00~11:30 ところ: 東陵生涯学習センター 対象: 年少~年長児と保護者 定員: 15組(抽選) 料金: 1,000円 申込み: 4/15(月)までにホームページで必要事項を入力 問合せ: 子育て支援課(☎51・2233) 108330

## こども未来館 子育てプラザ

問合せ: こども未来館(☎21・5528)

## みんなあつまれ おそとであそぼう

とき: 4/25(木)、4/26(金)10:00~11:00(雨天中止) ところ: 芝生広場 対象: 3歳児以下と保護者

## 入園について おしえて保育コンシェルジュ

とき: 5/20(月)10:30~11:30 対象: 市内在住の未就園児と保護者 定員: 25組(抽選) 申込み: 4/15(月)までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

## 幼児ふれあい教室

### 親子リトミック教室

とき: 5/10~5/31の金曜日(全4回) ところ: 高師台生涯学習センター 対象: 2歳以上の未就園児と保護者 定員: 15組(抽選)

### 親子で時短パン作り&子育て講座

とき: 5/14、5/28、6/11、6/25の火曜日(全4回) ところ: 南陵生涯学習センター 対象: 2歳6か月以上の未就園児と保護者 定員: 6組(抽選) 料金: 1,000円

### 赤ちゃんの発達を促すベビリズム体操

とき: 5/29、6/12、6/26、7/10の水曜日(全4回) ところ: 石巻生涯学習センター 対象: 5か月~1歳6か月の未就園児と保護者 定員: 15組(抽選)

### 【共通事項】

申込み: 4/15(月)までにホームページで必要事項を入力 問合せ: 子育て支援課(☎51・2233) 93322

## パパも作ろう離乳食

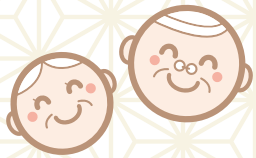
とき: 5/26(日)10:00~11:30 講師: 山本友香さん(コープあいち管理栄養士) 定員: 12組(抽選) 料金: 500円 申込み: 4/15(月)までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

問合せ: 中央図書館(☎31・3131)



言葉が分からない小さい子どもでも、絵本に出てくる絵や言葉のリズムを聞いて楽しむことができます。子どもたちに読んでほしいおすすめの本をまとめた「この絵本よんでおすすすめ100冊」や、赤ちゃん向けの絵本を紹介する「こんにちは、赤ちゃんはじめの絵本リスト」を、中央・向山・大清水・まちなか図書館などの子ども向け図書コーナーで配布していますので、ぜひ活用ください。

小さい子どもや読み聞かせにおすすめの絵本リストをご活用ください



高齢者向けの健康教室や、介護・医療などに関する情報を紹介します。

# シニア



## PICK UP

### 後期高齢者医療制度 診査料助成のお知らせ

脳・肺・心臓ドックいずれか1つの診査料を7割助成します。  
**対象:**4月1日(月)現在、市内在住の愛知県後期高齢者医療被保険者で、保険料の未納がない方(前年度助成を受けた方を除く) **定員:**150人(抽選) **その他:**受診できる医療機関など詳細はホームページ参照 **申込み:**4/15(月)(消印有効)までに、はがきで被保険者番号(8桁)、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を国保年金課(〒440-8501 住所不要)※ホームページからも申し込み可 **問合せ:**国保年金課(☎51・2298) ☎ 8047

### ふれあい料理講習会

料理を通して参加者同士で交流します。

**とき:**5/17(金)10:00~13:00 **ところ:**総合福祉センター「あいたピア」 **対象:**市内在住で60歳以上の、単身または高齢者のみの世帯の方 **定員:**15人程度(抽選) **料金:**400円 **申込み:**4/30(火)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)



### 後期高齢者医療の保険料を改定します

令和6・7年度の後期高齢者医療保険料の所得割率を11.13%(令和6年度は所得101万円以下の方は10.40%)、均等割額を53,438円、賦課限度額を80万円(令和6年度は73万円※令和6年度に75歳に到達する方を除く)に引き上げ、軽減判定所得基準額を改定します。

**問合せ:**後期高齢者医療コールセンター(☎0570・011・558)、国保年金課(☎51・3132) ☎ 8034

### 市民税非課税世帯の高齢者向け交通助成券などを配布します

市民税非課税世帯の70歳以上の方へ、交通助成券(電車・バス・コミュニティバス共通)、タクシー券、元気パス購入助成の引換用紙を4月下旬に郵送します。交通助成券とタクシー券は4月25日(木)から長寿介護課で引き換えでき、5月9日(木)から各窓口センターでも引き換えできます。元気パス購入助成は4月25日(木)以降に、バスセンターまたは新豊橋駅に用紙をお持ちください。なお、障害者手帳をお持ちの方は、今号20ページの案内をご覧ください。5月中旬までに引換用紙が届かない方は、お問い合わせください。

**問合せ:**長寿介護課(☎51・3134) ☎ 56765

### 夜のトイレのお悩み これで解消!講座

加齢に伴う身体の変化と排泄の関連性などを学びます。

**とき:**4/26(金)13:00~16:30 **ところ:**牟呂地域福祉センター **対象:**65歳以上の方(介護保険認定者を除く) **講師:**今西里佳さん(新潟医療福祉大学教授)ほか **定員:**30人(申込順) **申込み:**4/24(水)までに牟呂地域福祉センター(☎31・8885) **問合せ:**豊橋市社会福祉協議会(☎57・2601)

