

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



楽しく
作ろうね！



あそび場・まなび場講座 親子でクッキング！

「食パン1枚からのお手軽アレンジ」をテーマに調理します。

とき:11/21(金)10:00~12:00 ところ:南部生涯学習センター 対象:2~5歳児と保護者 定員:6組(抽選) 料金:1組500円 申込み:10/31(金)までに生涯学習課(☎51・2849) ☎ 23387

怒鳴らん子育て講座 上手な褒め方・叱り方

とき:11/11(火)、11/18(火)、11/25(火) 10:00~11:30(全3回) ところ:男女共同参画センター「パルモ」 対象:乳幼児~未就学児の保護者 講師:藤城由子さん(子育てアドバイザー) 定員:30人(抽選) その他:おおむね6か月以上の未就学児の託児あり(要予約)。託児料金など詳細はホームページ参照 申込み:10/24(金)までにホームページで必要事項を入力 問合せ:こども若者支援センター(☎54・7830) ☎ 90576

パパママ子育て講座

家族ではじめての映画鑑賞会

とき:11/9(日)10:00、13:00 ところ:ユナイテッド・シネマ豊橋18 料金:大人各1,000円 その他:上映作品は「映画 すみっコぐらし 空の王国とふたりのコ」

ちびっ子寿司道場

とき:11/15(土)11:00~12:00、14:00~15:00 ところ:武蔵丸豊橋藤沢本店 料金:子ども各500円

ポッキー先生と親子運動会

とき:11/30(日)10:00~11:30 ところ:浜道地区体育館 料金:1組300円

【共通事項】

その他:対象など詳細はホームページ参照 申込み:10/15(水)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) ☎ 71615

幼児ふれあい教室

保健師さんの相談つきベビーマッサージ

とき:11/5~11/26の水曜日10:00~11:00(全4回) ところ:北部生涯学習センター 対象:6か月~1歳の未就園児と保護者 定員:10組(抽選) 料金:1組500円

英語あそびやバランスボールなど 人気の講座を体験しよう

とき:11/6(木)、11/14(金)、11/18(火)、11/28(金)(全4回) ところ:北部生涯学習センター 対象:1歳6か月以上の未就園児と保護者 定員:15組(抽選)

親子で楽しむ簡単リズム体操

とき:11/14、11/21、12/5、12/12の金曜日10:45~11:45(全4回) ところ:牟呂生涯学習センター 対象:2歳以上の未就園児と保護者 定員:15組(抽選)

産後の体をヨガでリセットしよう

とき:11/18~12/9の火曜日10:00~11:30(全4回) ところ:東部生涯学習センター 対象:3か月~1歳未満の未就園児と保護者 定員:20組(抽選)

【共通事項】

申込み:10/15(水)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

さくらピア リトミック体験

音楽に合わせて体を動かします。

とき:11/29(土)10:00~11:30 対象:障害者手帳を所持する2歳児~小学2年生と家族 講師:西牟田聡美さん(リトミック講師) 定員:15人(申込順) その他:手話通訳・要約筆記などあり 申込み:10/7(火)9:00から、さくらピア(☎53・3153 ☎ 53・3200) ☎ 32402

出張こここ子育て講座

0歳児の体幹トレーニング

とき:11/14(金)10:30~11:30 講師:福井祐衣さん(WARAリズムアドバイザー)

ふたごのくまさん交流会

とき:11/17(月)10:00~11:00

マサチュージャーと親子 de あそぼつ

とき:11/21(金)10:30~11:30 出演:マサチュージャー(Asobility to produce あそぼつ戦隊)

親子ふれあい体操

とき:11/28(金)10:30~11:30 講師:ほんまえみこさん(&JOYリズム体操トップマスター講師)

【共通事項】

ところ:保健所・保健センター その他:対象など詳細は、こども未来館ホームページ参照 申込み:10/15(水)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:こども未来館(☎21・5528)



豊橋創造大学短期大学部学生による ステンドアートシアター

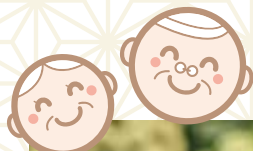
幼児教育を学ぶ学生による劇を鑑賞し、ステンドアートを作ります。

とき:11/5(水)14:00～15:00 **ところ:**美術博物館 **対象:**未就学児と保護者 **講師:**加藤克俊さん(豊橋創造大学短期大学部准教授)ほか **定員:**15組30人程度(申込順) **申込み:**10/1(水)から美術博物館ホームページで必要事項を入力 **問合せ:**美術博物館(☎51・2882)

手足や身体が不自由な幼児の 入園を募集します

遊びを通して、子どもの成長や発達を促す支援が受けられます。

とき:来年4/4(土)からの火～土曜日9:30～15:30 **ところ:**こども発達センター **対象:**未歩行で運動機能に障害のある、おおむね2歳以上の未就学児 **その他:**通園日数は要相談。他事業所との併用可 **申込み:**11/29(土)までに、こども発達センター(☎39・9200) ☎ 119333



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

健康づくりウォーキングイベント のんほいてく会

豊橋公園で、理学療法士から正しい歩き方を学びながら歩きます。

とき:11/19、12/17、来年1/21、2/18、3/18、4/15の水曜日 10:00～11:00(雨天中止。全6回) **対象:**市内在住で65歳以上の方 **定員:**20人(申込順) **その他:**集合は美術博物館前 **申込み:**11/14(金)までにお住まいの町名、氏名、電話番号を地域包括支援センターふくろう(☎56・0018) ☎ 119409

眼科検診を受けましょう

令和8年3月31日時点で60・65歳の方へ、5月上旬に眼科検診受診券を送付しています。対象者は来年1月31日(土)まで900円で眼科検診が受けられます。緑内障や加齢黄斑変性症などの早期発見につながりますので、目の健康のために受診しましょう。受診方法など詳細は受診券をご確認ください。受診券が届いていない方はお問い合わせください。

問合せ:健康増進課(☎39・9136) ☎ 108623

豊橋介護予防大会

介護予防に取り組む高齢者グループの紹介や講演が聞けます。

とき:11/8(土)13:30～15:00 **ところ:**公会堂 **講師:**村上祥子さん(料理研究家) **定員:**600人(申込順) **申込み:**10/1(水)からホームページで必要事項を入力※氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、お住まいの町名を長寿介護課(☎51・2339 ☎56・3810)でも申し込み可 ☎ 80359

高齢者のインフルエンザ・新型コロナの 予防接種が始まりました

対象者へ9月下旬に予診票を送付しました。予診票が10月中旬までに届かない方は、保健医療企画課(☎39・9109)へご連絡ください。なお、接種の予約は保健所・保健センターではできませんので、直接、医療機関へお問い合わせください。

とき:10/1(水)～来年1/31(土) **対象:**接種日時点で豊橋市に住民登録がある昭和35年12月31日以前に生まれた方など **料金:**インフルエンザ1,500円、新型コロナウイルス4,500円(生活保護世帯・令和7年度の市県民税非課税世帯の方は無料) ☎ 54425

新規開講

シニア健康エクササイズ&体ケア

①J-POPエクササイズ②セルフケアストレッチが楽しめます。

とき:10/4(土)①10:00～10:30②10:45～11:15 **ところ:**下五井地区体育館 **定員:**各20人(申込順) **料金:**各700円 **持ち物:**室内用運動靴 **その他:**2講座受講の場合、1,200円で受講可 **申込み:**随時、総合体育館(☎32・9611) ☎ 119626