

## 今ドキ!キャリア女子のリプロ&美ボディエクサ

**とき:**1月28日(土)午前9時30分～午後0時30分 **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぷ」内) **対象:**市内在住・在勤で20・30歳代の女性 **内容:**ダンスエクササイズと講演で、公私ともに健康的に両立する方法を学びます **講師:**上澤悦子さん(福井大学医学部教授)ほか **定員:**80人(申込順) **申し込み:**1月25日までに、こども保健課(☎39・9160☎38・0770☎ kodomohoken@city.toyohashi.lg.jp)

## 地元野菜を使って女子会クッキング!

**とき:**2月28日(火)午前10時～午後1時(午前9時40分受け付け) **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぷ」内) **対象:**市内在住・在勤の女性 **内容:**野菜入りミートローフと、りんごパイなどを作ります **講師:**食生活改善推進員 **定員:**20人(抽選) **参加料:**500円(食材費) **申し込み:**1月31日までに講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を健康増進課(☎39・9145☎ kenko-info@city.toyohashi.lg.jp)



## 美しく健康に!女性のための健康講座

**とき:**2月7日(火)・11日(祝)午前10時～11時30分 **ところ:**男女共同参画センター「パルモ」(神野ふ頭町 ライフポートとよはし内) **対象:**女性 **内容:**子宮のセルフケアやヨガで心身のリフレッシュをします **講師:**Sariさん(ヨガインストラクター)ほか **定員:**各15人(抽選) **その他:**6か月～未就学児の託児あり(予約制。1人200円必要) **申し込み:**1月27日までに希望日を市民協働推進課(☎51・2188)※ホームページからも申し込み可

## 二川ぐるっとスタンプラリー

**とき:**1月4日(水)～2月28日(火) **内容:**二川地区の5施設全てでスタンプを集めた方に記念品をプレゼント **対象施設:**総合動植物公園、自然史博物館、二川宿本陣資料館、商家「駒屋」、視聴覚教育センター・地下資源館 **参加料:**無料(各施設入場料必要。チラシに優待割引券あり)※チラシ・スタンプカードは各施設で配布 **その他:**詳細はホームページ参照 ■「選べるプレミアムガイド」に応募しよう 5つ全てのスタンプを集めて応募すると、抽選で各施設2組に特別ガイドや普段は入れない場所での記念撮影などが当たります。

[共通事項] **問い合わせ:**自然史博物館(大岩町字大穴☎41・4747)



前回のプレミアムガイド(キリンのエサやり体験)の様子

## 健康づくりのためのスポーツ教室 スローストレッチ教室

**日程など:**下表(各全4回) **対象:**女性 **内容:**さまざまな動きで全身をゆっくりほぐします **定員:**各20人(申込順) **参加料:**各2,000円 **持ち物:**大きめのバスタオル **申し込み:**1月6日午前10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(岩田運動公園内☎63・3031)※受付初日に定員に達しないコースは各開催場所でも申し込み可

■スローストレッチ教室  
※時間は午前10時～10時50分

コース名	とき/ところ
牛川2月コース	2月3日～24日の金曜日/ 牛川地区体育館(牛川町字田ノ上)
石巻2月コース	2月7日～28日の火曜日/ 石巻地区体育館(石巻本町字出口)

## アクアリーナ豊橋 英会話教室

**とき:**火・木曜日(月4回。年間48回。当施設指定日) **ところ:**アクアリーナ豊橋 **内容:**外国人と日本人の講師によるレッスンです **クラス:**0～3歳児、年少～年長児、小学1・2年生、小学3・4年生、小学5・6年生、高校生以上 **定員:**各8人(申込順) **その他:**時間や受講料など詳細はお問い合わせください **申し込み:**随時、直接、口座番号、金融機関の届出印、顔写真2枚、受講料(別途入会金、テキスト代など必要)をアクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割☎31・4781)

## ホテルアークリッシュ豊橋総料理長から学ぶわが家でフレンチ

**とき:**2月7日～21日の火曜日(全3回) 午前10時～11時30分 **ところ:**中部地区市民館(東松山町) **対象:**小・中学生の保護者 **内容:**豊橋産食材で栄養バランスのとれたフランス料理を作ります **講師:**今里武さん(ホテルアークリッシュ豊橋総料理長) **定員:**20人(抽選) **受講料:**1,000円(別途材料費3,000円必要) **申し込み:**1月20日までに中部地区市民館(☎53・0638)

## ホテルアークリッシュ豊橋 デザートビュッフェコン

**とき:**2月5日(日)午後2時～5時 **ところ:**ホテルアークリッシュ豊橋(駅前大通一丁目) **対象:**20～39歳の独身男女(市内在住・在勤優先) **内容:**男女別レクチャー、交流会 **講師:**松尾篤さん(結婚相談所 Cheers<sup>チアーズ</sup>代表取締役)ほか **定員:**男女各25人(抽選) **参加料:**2,000円 **その他:**当日、身分証明書の提示必要。男性はスーツまたはジャケット着用 **申し込み:**1月27日までに申込書を結婚相談所 Cheers(☎35・7934☎ info@cheers-net.jp)※申込書はホームページなどで配布 **問い合わせ:**結婚相談所 Cheers(☎0120・60・1151)、こども未来政策課(☎51・2325)



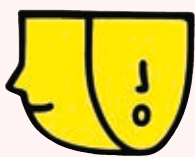
## イベント情報 (1~3月)

東三河8市町村のイベント情報を3か月に1回掲載します。ぜひ、ご活用ください。



新城さくらまつり(新城市)

イベント名(市町村)	とき	ところ	内容	問い合わせ
津具花祭り (設楽町)	1月2日(休)	津具白鳥神社 (設楽町津具字下下留)	鎌倉・室町時代に山伏らによって伝えられた、夜を徹して行う湯立て神楽です	設楽町観光協会 (☎0536・62・1000)
田峯田楽 田峰観音奉納歌舞伎 (設楽町)	①2月11日(祝) ②2月12日(日)	谷高山高勝寺 (田峰観音)	①種選びから収穫まで、一連の農作業を模した豊作祈願祭の夜田楽②奉納歌舞伎	
渥美半島菜の花まつり (田原市)	1月14日(土)~ 3月31日(金)	渥美半島内の各所	一面の菜の花を見ることが出来るほか、菜の花料理やスイーツを楽しめます	渥美半島観光ビューロー (☎0531・23・3516)
潮干狩り (蒲郡市)	3月中旬~6月上旬	蒲郡市内7か所 (三谷温泉海岸・大島・水神・竹島海岸・形原海岸・西浦海岸・松島漁場)	三河湾で育った、ふっくらした身のアサリを潮干狩りできます	蒲郡市観光商工課 (☎0533・66・1120)
新城さくらまつり (新城市)	3月中旬~4月中旬	桜淵公園 (新城市庭野字八名井田)	<sup>とよがわ</sup> 豊川の両岸を約2,000本の桜が咲き乱れます。物産展、ライトアップも開催します	新城市観光協会 (☎0536・32・0022)



## 穂の国とよはし芸術劇場 PLAT



問い合わせ: 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」(西小田原町☎39・8810)

※チケットの販売などはプラットチケットセンター(☎39・3090)

会員先行でのチケット購入は事前にプラットフレンズへの登録が必要です。詳細はお問い合わせください。

### ■ピアノ試し弾き会 グロトリアンを弾いてみよう

とき:1月25日(水)・26日(木)午前10時~午後9時 内容:ドイツ製グランドピアノ「コンサートロイヤル」を弾くことができます  
定員:各10組(1組1時間) 参加料:1組1,000円 その他:生徒へのレッスンや演奏会のための参加は不可 申し込み:1月8日午前10時から電話でプラットチケットセンター

### ■ワークショップファシリテーター養成講座「まちに聞く、考える」発表会

とき:1月29日(日)午前11時30分 内容:講座受講者が豊橋に住む人取材し、演劇にして上演します 講師:すずきこーたさん(演劇デザインギルド)ほか 定員:50人程度(申込順) 申し込み:随時、プラットチケットセンター

### ■市民と創造する演劇 とよはしの街の物語 はしっこ

とき:3月4日(土)・5日(日)午後2時30分開演 内容:ある一家の末っ子の視点で描いた豊橋をミュージカル調に上演します  
出演:オーディションで選ばれた市民 作・演出・音楽:糸井幸之介 入場料:一般2,000円、24歳以下1,000円、高校生以下500円 その他:各公演終了後、演出家などによるトークあり チケットの発売:一般/1月21日午前10時からプラットチケットセンター、チケットぴあ(☎0570・02・9999[Pコード:455-746])、会員先行/1月7日午前10時からプラットチケットセンター

### ■マームとジプシー てんとてんを、むすぶせん。からなる、立体。そのなかに、つまっている、いくつもの。ことなつた、世界。および、ひかりについて。

とき:3月18日(土)午後2時30分・7時、3月19日(日)午後2時30分開演 内容:2001年と2011年を舞台に描く、家出をした少女とその友人たちの物語です 作・演出:藤田貴大(劇作家) 出演:荻原綾、尾野島慎太郎、成田亜佑美ほか 入場料:一般3,000円、24歳以下1,500円、高校生以下1,000円 チケットの販売:一般/1月28日午前10時からプラットチケットセンター、チケットぴあ(☎0570・02・9999[Pコード:455-596])、会員先行/1月14日午前10時からプラットチケットセンター  
＜関連企画 藤田貴大演劇ワークショップ＞

とき:3月15日(水)午後7時~9時30分 対象:高校生以上※演劇経験不問 講師:藤田貴大さん 定員:20人程度(申込順)  
参加料:1,000円 申し込み:1月14日から申込書を穂の国とよはし芸術劇場※申込書は穂の国とよはし芸術劇場ほかで配布。ホームページからも申し込み可