

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。



体をたくさん動かしてみよう!

PICK UP



料金
100円

パパママ子育て講座 ポッキー先生とパワフル運動会

運動器具を使って、基礎体力作りを行います。
 とき:11/14(土)10:00~11:30 ところ:浜道地区体育館
 対象:3歳以上の未就学児と保護者 講師:ポッキー先生(幼児・児童体育指導員) 定員:30組(抽選) 申込み:10/15(木)までにホームページで必要事項を入力 問合せ:こども未来政策課(☎51・2325) HP 23513

おそとであそぼ

段ボールを使う外遊びなどを楽しめます。
 とき:11/11(水)、12/7(月)、来年1/13(水) 10:00~12:00 ところ:岩屋緑地 対象:3歳児以下と保護者 定員:各10組(抽選) 申込み:10/15(木)までにホームページで必要事項を入力 問合せ:こども未来政策課(☎51・2325) HP 76493



怒鳴らん子育て講座 上手な褒め方・叱り方

とき:11/13(金)、11/20(金)、11/27(金)(全3回) 10:00~11:30 ところ:こども未来館「ここにこ」 対象: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:16人(抽選) その他:託児あり(予約制。1人1回50円必要) 申込み:10/23(金)(必着)までに電話またはEメールで講座名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、子どもの氏名・年齢・託児の有無を、こども若者総合相談支援センター(☎54・7830 ①kodomu-sougou-center@city.toyohashi.lg.jp) HP 48271

幼児ふれあい教室

元気いっぱい外遊び
 とき:11/4、11/18、12/2、12/16の水曜日(全4回) ところ:豊橋公園ほか 対象:1歳以上の未就園児と保護者 料金:200円
 五感で楽しむ食育
 とき:11/12~12/3の木曜日(全4回) ところ:二川地区市民館 対象:1歳6か月~2歳6か月児と保護者 料金:1,200円
 [共通事項] 申込み:10/15(木)までにホームページで必要事項を入力 問合せ:こども未来政策課(☎51・2325) HP 23513



おやこ英語あそび

英語での本の読み聞かせや工作を楽しみます。
 とき:10/29(木)、11/19(木)10:30~11:00 (受け付けは10:00から) ところ:交通児童館 対象:3歳児未満と保護者 定員:10組(先着順) 問合せ:交通児童館(☎61・5818)



こども未来館 子育て講座

申込み:各申込期限までに、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)

たのしく学ぶ性のおはなし

とき:11/3(祝) 対象:年少児以下と保護者 講師:岡田百合香(市民病院泌尿器科医師) 申込期限:10/15(木)

おえかきしよう

とき:11/6(金) 対象:1~3歳児と保護者 講師:寺井ちかさん(保育士) 申込期限:10/15(木)

ふたご・みつごちゃん講座 親子で楽しむ素話とわらべうた

とき:11/27(金) 対象:3歳以下の多胎児と保護者 講師:林吉子さん(おはなしろうそくの会) 申込期限:10/31(土)



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

眼科検診を受けましょう

高齢緑内障や加齢黄斑変性などは60代から罹患^り患者が増加します。6月に、今年度60・65歳になる方宛てに無料で検診が受けられる眼科検診票を送付しています。検診票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） HP 6749

体操ボランティアが地域で活躍！ ほの国体操リーダー養成講座

高齢者に体操を指導する技術を学びます。
とき：11/30(月)、12/8(火)、12/22(火)、12/25(金)、来年1/5(火) (全5回) 9:45～15:00
ところ：市役所講堂 講師：理学療法士ほか 定員：25人(申込順) その他：期間中に別日程で実習が1回必要。認定証を交付 申込み：10/1(木)～10/30(金)に長寿介護課（☎51・2339） HP 50897



シニアのための食とお口の健康講座

口の体操を行うほか、誤嚥^{ごえん}性肺炎や栄養不足について学びます。
対象：おおむね65歳以上の方 定員：各30人(申込順) 申込み：各前日までに住所、氏名、電話番号を①は豊橋市南部（☎25・7100）、②は豊橋市中央（☎54・7170）、③は福祉村（☎45・5130）、④は豊橋市東部（☎64・6666）、⑤は、ふくろう（☎56・0018）、⑥は幸王寿園（☎38・0300）、⑦は真寿苑（☎39・3989）の各地域包括支援センター HP 5499

とき	ところ
10/8(木)13:30～15:00	①大清水地域福祉センター
10/15(木)13:30～15:00	②あイトピア
10/22(木)13:30～15:00	③天伯校区市民館④東部地区市民館飯村分館
10/29(木)13:30～15:00	⑤豊城地区市民館
11/5(木)13:30～15:00	⑥高師台地区市民館
11/12(木)13:30～15:00	⑦牟呂地区市民館

「夢は大きな大会に仲間と一緒に出場することです。」
たくさん歩く必要のあるグラウンドゴルフは、楽しみながら足腰を鍛えることができます。という熊谷さん。「これからも健康的な身体を維持するために続けていきたいです。」と力強く語ってくれました。



運動で交流を 続けるで賞



熊谷 勝実さん(76)

さまざまな分野で第2の人生を謳歌^{おうえん}しているシニア世代の皆さんを「いきいきシニア」として認定し、表彰します。
問合せ 広報広聴課（☎51・2164）

いきいきシニアに認定します

