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

すくすく広場

定員 各15組（先着順）

脳の発達に効果的な絵本の読み聞かせ方法などを学びます。

とき:12/2㈬、来年1/6㈬10:30～11:00、11:10～11:40　**ところ:**交通児童館　**対象:**3歳児以下と保護者　**問合せ:**交通児童館（☎61・5818）

モグモグ教室

離乳食作りを見学し、試食などを行います。

とき:12/4㈮、12/17㈭、来年1/15㈮、1/28㈭10:15～11:30　**ところ:**保健所・保健センター　**対象:**5・6か月児と保護者　**定員:**各12組（申込順）　**料金:**各100円　**申込み:**随時、ホームページで必要事項を入力　**問合せ:**コープあいち豊橋センター（☎43・5020）　HP 45212

カミカミ教室

歯磨きの仕方や離乳食の試食、育児相談などを行います。

とき:12/3㈭、12/23㈬、来年1/14㈭、1/27㈬9:30～11:30　**ところ:**保健所・保健センター　**対象:**9～11か月児と保護者　**定員:**各10組（申込順）　**料金:**各300円　**申込み:**随時、こども保健課（☎39・9160）　HP 45213

親子で作ろう クリスマスどんぐりデコケーキ

どんぐりや松ぼっくりを使ってクリスマス飾りを作ります。

とき:11/30㈪、12/7㈪10:30～11:30　**ところ:**こども未来館「ここにこ」　**対象:**2・3歳児と保護者　**講師:**当館保育士　**定員:**各6組（抽選）　**申込み:**11/15㈰までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

パパママ子育て講座 国産小麦を使って親子でピザ作り

とき:12/5㈯9:30～12:00　**ところ:**東陵地区市民館　**対象:**3歳以上の未就学児と保護者　**講師:**樋口敦子さん（食生活アドバイザー）ほか　**定員:**10組（抽選）　**料金:**500円　**申込み:**11/16㈪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

子育てポイント

子どもと一緒に影絵で遊ぼう！

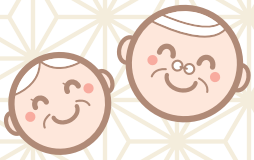
道具がなくても手と光で楽しめる影絵遊びは、子どもの想像力を養います。「何に見える？」とクイズ形式にしたり、オリジナルの影絵を作ったりしながら、子どもと一緒に遊んでみませんか。

問合せ こども未来館（☎21・5528）

【フクロウ】ポイント♪翼に見立てている3本の指を同時にバタバタとしてみましょう。

【キツネ】ポイント♪口元に見立てている指を動かして、開け閉めしてみましょう。

【ネコ】ポイント♪しっぽに見立てている人指し指を動かしてみましょう。



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

豊橋介護予防大会
高齢者の介護予防取組紹介

高齢者の介護予防につながる話を聞き、体操などを学びます。
とき:11/27㈮13:30～15:00　**ところ:**公会堂　**定員:**100人(申込順)　**その他:**参加賞あり　**申込み:**11/2㈪から長寿介護課(☎51・2339)　HP 80359

高齢者セミナー

体操で若返り教室
とき:12/4㈮13:30～15:00
体験から学ぶ！お遍路入門
とき:12/18㈮13:30～15:00
昔の写真を見て懐しむ！おもいだし隊
とき:来年1/22㈮13:30～15:00
[共通事項]ところ:東陵地区市民館　**対象:**60歳以上の方　**申込み:**11/29㈰までに東稜地区市民館(☎64・8088)　HP 23387

おひとりさま歓迎！みんなで続ける運動スタート応援講座

足腰の機能低下を防ぐ運動などを学びます。
とき:①来年1/7～3/18の木曜日(2/11㈷を除く)②1/8～3/12の金曜日③1/12～3/23の火曜日(2/23㈷を除く)(各全10回)13:30～15:30　**ところ:**①芦原校区市民館②石巻地区市民館③汐田校区市民館　**対象:**市内在住で65歳以上の方　**定員:**各15人(申込順)　**申込み:**11/2㈪～12/15㈫に長寿介護課(☎51・2339)　HP 57704

子どもの心の育て方 祖父母を学ぶ

孫との関わり方などを学びます。
とき:12/12㈯10:00～12:00　**ところ:**男女共同参画センター「パルモ」　**対象:**孫がいる方、これから孫を持つ方　**講師:**芳賀亜希子さん(浜松学院大学短期大学部教授)　**定員:**30人(抽選)　**その他:**6か月児～小学3年生の託児あり(予約制。1人300円必要)　**申込み:**11/28㈯までに男女共同参画センター(☎33・2822)※ホームページからも申し込み可　**問合せ:**男女共同参画センター(☎33・2822)、市民協働推進課(☎51・2188)　HP 80005

東三河広域連合 シニア介護人材育成講座

介護の知識や技術などを学びます。
とき:11/28㈯、12/4㈮、12/11㈮、12/18㈮、12/25㈮(全5回)10:00～15:00　**ところ:**田原福祉専門学校(田原市田原町)　**対象:**東三河在住・在勤でおおむね60歳以上の方　**定員:**50人(申込順)　**申込み:**11/20㈮までに田原福祉専門学校(☎0531・22・3939)　**問合せ:**東三河広域連合介護保険課(☎26・8473)　HP 79991

10月号 お詫びと訂正
31ページの「眼科検診を受けましょう」の中で、「無料」とあるのは、正しくは「900円」でした。お詫びして訂正します。