



じゃんだら自然塾講座
地域で子育て おやじの子育て

とよはし100祭サポーターイベントです。

▼日時 11月13日(日)午前10時～正午、午後1時～3時▼ところ 高師緑地(高師町) ※雨天の場合は生活家庭館(高師町字北原)▼対象 小・中学生と父親▼定員 午前午後各20組(申込順)▼内容 父子でウォールクライミングや冒険ゲームに挑戦します▼申込先 豊橋子育てネットゆずり葉(☎32・5863)



とよはし歴史探訪
土器づくり

▼とき／ところ 11月13日(日)／美術博物館(豊橋公園内)、11月27日(日)／少年自然の家(伊古部町字下り)(全2回)午後1時～4時▼対象 小学4年生以上(小学生は保護者同伴)▼内容 自分の手で土器をつくり、野焼きで焼き上げます▼講師 小島隆さん(石巻地区文化財保存会)▼定員 30人(抽選)▼参加料 300円(材料費、傷害保険料)▼申し込み 11月3日(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚3人まで)で講座名、参加者全員の住所・氏

名・年齢・電話番号を美術博物館(〒440-0801今橋町3-1)▼問合せ 美術博物館(☎51・2879)



11月のSCパソコン教室

■シニア世代(50歳以上)のためのパソコン教室



11月の火曜日全5回 2万1千円
■初めてのパソコン体験
月～金曜日 1回コース 無料
■ワードビギナー
22回コース 3万1500円
■就職、進学のためのパソコン教室
15回コース 2万6250円
■仕事に役立つエクセル初・中・上級
各3回コース 1万2600円
■インターネット入門
10日(木)2時間コース 3150円
■電子メール
10日(木)2時間コース 3150円
■XPで楽しむデジカメ
6回コース 1万5750円
■検定集中コース(ワープロ/ビジコン)
各15回コース 2万6250円

市民大学 トラム ※開催場所は申し込み先と同じ



講座名	とき	定員(抽選) / 受講料	内容 / 講師(敬称略)	申し込み
安全を食べよう! ～現代食生活と 安全食品～ (全6回)	11月18日～来年2月18日 の第1・3金曜日(2月は土 曜日) 午前10時～11時30分	20人 / 1,000円	食品の安全性について学びま す / 大場正典(トヨハシ種苗株 式会社)ほか	11月4日までに 直接またはファックスで 東陵地区市民館 (牛川字乗小路☎64・ 8088)

いきいきワクワク教室 開催場所は申し込み先と同じ

講座名	とき	定員(抽選) / 受講料	内容 / 講師(敬称略)	申し込み
絵手紙で描く 年賀状教室 (全3回)	11月17日・24日、12月1日 の木曜日 午後1時30分～4時	30人 / 無料(教材費600円必要)	みんなで楽しく年賀状を描きま す / 平野晟哉(絵手紙講師)	10月21日～27日に 生活家庭館 (高師町字北原☎45・ 4014)
中級将棋教室 (全4回)	11月27日、12月4日・18 日・25日の日曜日 午後1時30分～4時	30人 / 無料(資料代300円必要)	講義と対局で楽しく将棋を学び ます / 大石泰仁(日本将棋連盟 普及指導員)	11月11日までに 生活家庭館 (高師町字北原☎45・ 4014)

親子ふれあい教室 開催場所は申し込み先と同じ

講座名	とき	対象 / 定員(抽選) / 受講料	内容 / 講師(敬称略)	申し込み
みんなで作ろう お菓子とパスタ (全3回)	11月6日・13日・20日の日 曜日 午前10時～正午	小学生と保護者 / 10組(20人) / 無料(材料費各回500円程度 必要)	親子でクッキングを通しふれあ います / 河合幸代(料理・パン・ケ ーキ教室主宰)	11月1日～5日に 前芝地区市民館 (前芝町字西☎32・ 3750)

「共通事項」●ところ 豊橋サイ
 エンスコア(西幸町字浜池) ●定
 員 有(申込順) ●申込先 (株)サ
 イエンス・クリエイト(☎44・1
 111)

**いきいき住宅
 リフォームセミナー**

▼とき 10月29日(土)午後2時〜4
 時30分 ▼ところ あいトピア(前
 畑町) ▼内容 後悔しないための
 リフォーム対策、三大住宅設備メ
 ーカーの最新水まわり情報 ▼定員
 50人程度 ▼参加料 無料 ▼その他
 公共交通機関を利用してくださ
 い。市内電車「前畑」電停または
 「東田坂上」電停下車徒歩5分 ▼
 申し込み 10月25日までにNPO
 法人東三河ハートネット(あいト
 ピア内福祉機器展示コーナー) ☎
 52・3072

**地元の野菜を使った
 ヘルシークッキング**

▼日程など 下表 ▼対象 市内在
 住の方(子どもの同伴不可) ▼内
 容 バランスの良い献立(パワー
 トマトのライス巻き、和風ロール
 キャベツ、あつさりサラダ、コー
 ヒーゼリー)の調理実習をとおし
 て身体を元気にする食事について
 学びます ▼講師 食生活改善推進

員 ▼定員 各20人(抽選) ▼参加
 料 無料 ▼申し込み 10月25日
 (必着)までに返信先明記の往復
 はがき(1枚2人まで)で講座名、
 希望日(第2希望まで)、参加者
 全員の住所・氏名(フリガナ)・
 年齢・電話番号を豊橋市健康づく
 り食生活改善協議会「健康づくり
 の料理教室」係(〒41-8134
 植田町字八尻87-1) ▼問合せ先
 豊橋市健康づくり食生活改善協議
 会(☎45・3213)、健康課(☎
 51・2370)

**地元の野菜を使ったヘルシークッキング
 時間は午前9時45分〜午後1時**

とき	ところ
11月9日(水)	二川地区市民館(大岩町字東郷内)
11月24日(木)	牟呂地区市民館(東脇二丁目)
12月2日(金)	杉山地区市民館(杉山町字孝仁)
12月14日(水)	青陵地区市民館(南牛川二丁目)

普通救命講習会

▼とき 11月13日(日)午後1時30分
 〜4時30分 ▼ところ 南消防署
 (曙町字南松原) ▼対象 中学2
 年生以上 ▼内容 救急事故現場な
 どに居合わせた時、適切な応急手

当ができるように知識、技能を身
 に付けます ▼定員 30人(申込順)
 ▼受講料 無料 ▼その他 講習修
 了者には修了証を交付。救命技能
 を維持向上するため2年を目安
 に反復して受講してください。駐
 車場に限りがあります ▼申し込み
 11月4日までに南消防署(☎46・
 0119)

**父と子のふれあい講座
 パパ、あそぼっ!**

▼とき/ところ 11月13日(日)/生
 活家庭館(高師町字北原)、12月
 11日(日)/女性会館(神野ふ頭町ラ
 イフポートとはし内)(全2回)
 午前10時〜11時30分 ▼対象 父親
 とその子ども ▼内容 お父さんと
 いっしょに草笛やクレープなどを
 作ります ▼講師 木下吹葉さん
 (三河草笛研究会)、子育てネット
 ワーカー ▼定員 15組(抽選) ▼
 受講料 無料(材料費500円程
 度必要) ▼申し込み 11月2日ま
 でに女性会館(☎33・2800)

**公開講座 豊橋創造大学び
 ジネスクール**

▼とき/内容/講師 ①11月5日
 (土)/洋画を利用した英語の勉強
 法/小西真弓さん(経営情報学部
 教授) ②11月12日(土)/環境・リス

ク・統計/稲田充男さん(経営情
 報学部教授) ③11月19日(土)/太陽
 光発電の新たな展開/集光太陽光
 発電システムの開発/見目喜重さ
 ん(経営情報学部助教) いず
 れも午後2時〜3時30分 ▼ところ
 豊橋創造大(牛川町字松下) ▼
 定員 各200人(申込順) ▼受
 講料 無料 ▼申し込み 住所、氏
 名、電話番号、希望講座番号を豊
 橋創造大エクステンション室
 (〒44-8511牛川町字松下20-
 1 ☎54・9729 ☎55・0803
 exten@sozacc.jp)

**東三河・人にやさしい街
 くり地域セミナーin蒲郡**

「このまちが好き・だから安全・
 安心に暮らしたい」をテーマに、
 バリアフリーや地域コミュニティ
 づくり、交通、防災などの観点
 から人にやさしい街づくりを考え
 ます。

▼とき 11月19日(土)午後1時〜4
 時 ▼ところ 蒲郡市民会館(蒲郡
 市栄町) ▼内容 基調講演、パネ
 ルディスカッション ※手話通訳・
 要約筆記あり ▼講師 大貝彰さん
 (豊橋技術科学大学教授) ▼定員
 80人(申込順) ▼参加料 無料 ▼
 申し込み 11月11日までに建築指
 導課(☎51・2588)

いきいき介護教室

▼日程など 左表(全3回) ▼と
 ころ あいトピア(前畑町) ▼対
 象 家族などの介護者、介護に関
 心のある方(介護職従事者は除く)
 ▼定員 30人程度(申込順) ▼参
 加料 無料 ▼申し込み 10月18日
 から豊橋市社会福祉協議会つつじ
 が丘地域福祉センター(佐藤五丁
 目 ☎64・5858) ※1回のみ
 参加も受け付けます ▼問合せ先 豊
 橋市社会福祉協議会つつじが丘地
 域福祉センター、介護保険課(☎
 51・2359)

いきいき介護教室 時間は午後1時30分〜4時30分

とき	内容	講師
11月8日(火)	口腔ケアと高齢者の栄養と食べやすさの工夫	歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士
11月15日(火)	廃用症候群(生活不活発病)についてと移動や更衣の介助のポイント	看護師、介護福祉士
11月22日(火)	認知症について	医師



どなたでも



女性



男性



子ども



高齢者



障害者



事業



育児