

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



リズム体操

①あかちゃんクラス②親子クラス

とき:9/11(木)、9/18(木)、9/25(木)①9:30~10:15②10:30~11:15
ところ:トレーニングセンター 対象:①5か月~1歳3か月児と保護者
②1~3歳児と保護者 定員:各10組(申込順) 料金:各1組3,300円
申込み:随時、総合体育館(☎32・9611) ☎119042

子育てサロン・物品交換会

子どもの脳を育てる方法を学ぶほか、おもちゃなどを交換します。

とき:9/18(木)10:30~11:00 ところ:交通児童館 対象:妊娠中の方、3歳児以下と保護者 講師:白川美緒さん(子育てシェアママサポーター@東三河チーム) 問合せ:交通児童館(☎61・5818)

カミカミ教室

離乳食の食べさせ方や歯みがきの仕方などを学びます。

とき:10/8(水)、10/30(木)、11/12(水)、11/27(木)9:30~11:30 ところ:保健所・保健センター 対象:9~11か月児の保護者 定員:各10組(申込順) 持ち物:母子健康手帳 申込み:随時、ホームページで必要事項を入力 問合せ:こども保健課(☎39・9160) ☎45213

モグモグ教室

離乳食作りを見学し、離乳食の進め方を学びます。

とき:10/2(木)、10/24(金)、11/6(木)、11/20(木)10:15~11:30 ところ:保健所・保健センター 対象:5・6か月児の保護者 定員:各15組(申込順) 持ち物:母子健康手帳 申込み:随時、ホームページで必要事項を入力 問合せ:こども未来館(☎43・5020)、こども保健課(☎39・9160) ☎45212

小学校入学予定の子どもに健康診断を実施します

9月26日(金)以降、住民基本台帳をもとに、対象の子どもに保護者へ健康診断の通知を送付します。健康診断実施日の2日前(土・日曜日、祝日を除く)までに通知が届かない場合はご連絡ください。健康診断の日程など詳細はホームページ、市内幼稚園・保育園・認定こども園で確認できます。

問合せ:保健給食課(☎51・2815) ☎9021

幼児ふれあい教室

やさしいおやこヨガ

とき:10/14(火)、10/28(火)、11/11(火)(全3回) ところ:豊岡生涯学習センター

脳の成長に必要な鉄分を摂ろう

とき:10/15(水)、11/12(水)、12/10(水)(全3回) ところ:南稜生涯学習センター 料金:1組1,500円

赤ちゃんの発達を促すベビリズム体操

とき:10/29、11/12、11/26、12/10の水曜日(全4回) ところ:本郷生涯学習センター

【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:9/15(祝)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

出張ここにこ子育て講座

みんなあつまれ ぶちここにこ

とき:10/4(土)、10/18(土)10:00~11:00 ところ:南稜生涯学習センター 対象:3歳児以下と保護者

手作りおもちゃで遊ぼう

とき:10/20(月)10:30~11:30 ところ:保健所・保健センター 対象:1~3歳児と保護者 講師:志村貴子さん(子育てネットワーク) 定員:20組(抽選) 申込み:9/15(祝)までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

プレママ・パパ交流会

とき:10/25(土)14:00~15:30 ところ:南稜生涯学習センター 対象:妊娠24~36週の方と夫・パートナー※妊娠中の方のみの参加可 講師:鈴木佐和子さん(助産師) 定員:10組(抽選) 申込み:9/15(祝)までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

ファーストシューズの選び方

とき:10/27(月)10:30~11:30 ところ:保健所・保健センター 対象:1~3歳児と保護者 講師:新村聡大さん(豊橋整形外科 向山クリニック理学療法士) 定員:15組(抽選) 申込み:9/15(祝)までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力

【共通事項】

問合せ:こども未来館(☎21・5528)

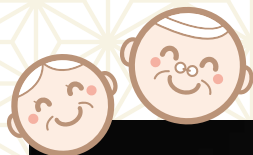
お父さんとあそぶプログラム アナログカフェ

お父さんと世界各国のボードゲームが楽しめます。

とき:9/7(日)10:00～11:00 **対象:**3歳児～年長児と父(小学生の同伴可) **講師:**海老澤千佳さん(愛知県児童総合センター)
定員:15組(申込順) **申込み:**9/5(金)までにジモイク豊橋ホームページで必要事項を入力 **問合せ:**交通児童館(☎61・5818)

パパママ子育て講座 親子で焼き芋づくりを体験しよう

とき:10/11(土)10:00～14:00 **ところ:**少年自然の家 **対象:**年中～年長児と保護者 **料金:**1組500円(子ども1人追加ごとに500円が必要) **申込み:**9/15(祝)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) ☎ 118925



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

理学療法士がアドバイス! 気軽に♪シニアの体力測定会

とき:①10/6(月)②10/7(火)③10/10(金)④10/15(水)⑤10/16(木)13:00～15:30(受け付けは14:40まで) **ところ:**①市民文化会館②アイプラザ豊橋③総合福祉センター「あいトピア」④南稜生涯学習センター⑤中央図書館 **対象:**市内在住で65歳以上の方 **定員:**各30人(申込順) **その他:**持病のある方は主治医に確認が必要 **申込み:**9/1(月)～各1週間前までに長寿介護課(☎51・2339) ☎ 57266

今年度100歳になる方へ ご長寿のお祝いをお届けします

長寿のお祝いとして5万円をお届けします。

とき:9/15(祝)～9/21(日) **対象:**9/15(祝)時点で市内在住の、大正14年4月1日～大正15年3月31日に生まれた方 **問合せ:**長寿介護課(☎51・2337) ☎ 52196

スポーツ教室 アーチェリー

とき:10/7、10/21、10/28、11/11の火曜日13:00～15:00(全4回) **ところ:**武道館 **対象:**65歳以上の方 **定員:**10人(申込順) **料金:**2,000円 **申込み:**9/5(金)から豊橋市スポーツ協会ホームページで必要事項を入力 **問合せ:**豊橋市スポーツ協会(☎63・3031)

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方法などを学びます。

とき:①9/29～12/8の月曜日(10/13、11/3、11/24を除く)②9/30～11/25の火曜日(10/21を除く)13:30～15:30(各全8回) **ところ:**①つつじが丘校区市民館②野依校区市民館 **対象:**市内在住で65歳以上の方 **定員:**各15人(申込順) **申込み:**9/1(月)～9/22(月)に長寿介護課(☎51・2339) ☎ 77027

ふれあい料理講習会

料理を通して、参加者同士で交流します。

とき:10/17(金)、11/21(金)10:00～13:00(全2回) **ところ:**つつじが丘地域福祉センター **対象:**市内在住で、60歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方 **定員:**15人程度(抽選) **料金:**1,000円 **申込み:**9/30(火)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)