

## 公民館講座

### ①手作りの味講座

季節の食材を使い、素材を生かした料理教室に参加しませんか。今回の食材は「梅」です。

**期日** 7月12日(火)  
**時間** 午前9時30分～正午  
**場所** 総合センター  
**内容** 梅ジャム、たらし焼き  
**講師** ふるさとの味伝承士  
**定員** 16人(申込順)  
**参加費** 実費(500円程度)  
**持ち物** エプロン、頭巾、手拭き

### ②わくわくクラブ 七宝焼き

夏休みの思い出に「七宝焼き」でキーホルダーを作ってみませんか。

**期日** 8月4日(木)  
**時間** 午前10時～正午  
**場所** 総合センター  
**対象** 小学生以下  
**講師** 濱田 登代子 先生  
**定員** 12人(申込順)  
**参加費** 無料

### ③わくわくクラブ おはなしひろば

「大型絵本」などの読みきかせや、お話を「おしばい」でお見せします。シャボン玉あそびもあります!

**日時** 8月22日(月)午前10時～正午  
**場所** 総合センター  
**対象** 小学生以下  
**講師** 朗読ボランティアねむの木の皆さん  
**定員** 20人(申込順)  
**参加費** 無料

### ④自彊術入門講座

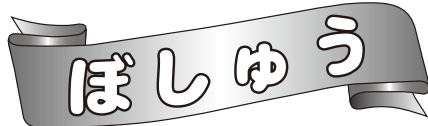
日本最初の健康体操と言われる「自彊術」の基本を学習します。

**期日** 8月26日(金)～9月16日(金)  
毎週金曜日の全4回  
**時間** 午後1時30分～3時30分  
**場所** 総合センター  
**講師** 堀口 緑 先生  
**定員** 20人(申込順)  
**参加費** 無料  
**持ち物** バスタオル

**申込み** 7月1日(金)から①は11日(月)、②は29日(金)、③④は8月19日(金)までに総合センターへ  
☎62-0454

## 赤ちゃんルーム

**期日** 8月5日(金)  
**時間** 午前9時30分～11時  
**場所** 総合センター  
**対象** 1歳6か月くらいまでのお子さんおよび希望者  
**内容** 身体測定、赤ちゃんマッサージ、育児相談、栄養相談  
**持ち物** 母子健康手帳  
**問合せ** 健康福祉課健康づくり担当  
☎62-1233



## ふれあいプール・ホット水泳教室

夏真っ盛り!友だちと楽しい思い出を作ろう!

### ①夏の初心者水泳教室

**期日** 7月21日(木)～8月25日(木)  
毎週火・木曜日の全10回  
※8月11日(木)はお休みです。

**時間** 午後6時30分～8時  
**対象** 水泳が苦手な小学生  
**内容** 水慣れ・初歩のクロール  
**定員** 20人(申込順)  
**参加費** 4,500円(保険料含む)

### ②わんぱくちびっ子水泳教室

**期日** 7月24日(日)～8月28日(日)  
毎週日曜日の全6回  
**時間** 午前10時～11時30分  
**対象** 水が苦手な幼児(4歳～)  
**内容** 水遊びなど  
**定員** 20人(申込順)  
**参加費** 2,700円(保険料含む)

### ③ここでもいっしょ!親子水泳教室

**期日** 7月26日(火)～8月23日(火)  
毎週火曜日の全4回  
※8月16日(火)はお休みです。  
**時間** 午前10時～11時30分  
**対象** 幼児と保護者  
**内容** 水遊びなど  
**定員** 10組(申込順)  
**参加費** 1,800円(保険料含む)  
**申込み** (①②③共通)

7月7日(木)から17日(日)までに参加費を添えてふれあいプール・ホットへ ☎62-5330(受付は月曜日を除く午後1時から8時まで)

## 乳児健康診査

**期日** 7月26日(火)  
**受付** 午後1時～1時30分  
**場所** 総合センター  
**対象** 平成22年10月・平成23年3月生まれ  
**内容** 医師の診察、育児相談、運動発達相談、栄養相談  
**持ち物** 母子健康手帳、問診票  
**問合せ** 健康福祉課健康づくり担当  
☎62-1233

## よちよちハッピー体操

**期日** 8月4日(木)  
**時間** 午前9時30分～11時30分  
**場所** 皆野学童保育所  
**対象** 6か月から1歳2か月までの乳幼児  
**内容** サーキット遊び  
**持ち物** 母子健康手帳、着替え、ほ乳瓶またはマグカップ  
**申込み** 7月21日(木)から健康福祉課健康づくり担当へ  
☎62-1233

## にこにこハッピー体操

**期日** ①7月12日(火)  
②8月9日(火)  
**時間** 午前9時30分～11時30分  
**場所** 皆野学童保育所  
**対象** 1歳3か月から平成21年4月2日生まれの幼児  
**内容** サーキット遊び  
**持ち物** 母子健康手帳、マグカップ  
**申込み** ①は7月1日(金)から、②は8月1日(月)から健康福祉課健康づくり担当へ  
☎62-1233

## わくわくハッピー教室

**期日** 7月19日(火)  
**時間** 午前9時30分～11時30分  
**場所** ふれあいプール・ホット  
**対象** 平成20年4月2日から平成21年4月1日生まれの幼児  
**内容** プール遊び  
**持ち物** 母子健康手帳、水着、水泳用帽子  
**申込み** 7月5日(火)から健康福祉課健康づくり担当へ  
☎62-1233