



飲食店向けセミナー お客様の心をつかむ お店も農家も喜ぶメニューづくり

日程など: 下表(全2回) **ところ:** 保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぷ」内) **対象:** 市内飲食店、惣菜などの製造・販売店 **定員:** 24人(抽選) **参加料:** 無料 **申し込み:** 1月28日(必着)までに、はがき、ファックスまたはEメールで講座名、会社名(店名)・会社(店)の所在地、参加者全員の氏名、電話番号を農業企画課(〒440-8501 住所不要 ☎51・2471 ☎56・5130 ☎info_nogyokikaku@city.toyohashi.lg.jp ※受信拒否の設定などを解除のこと)

■お客様の心をつかむ お店も農家も喜ぶメニューづくり

とき	内容	講師※敬称略
2月10日(水) 午後2時～3時	地産地消プロジェクトや、豊橋産農産物の旬や生産者のこだわり、野菜の健康機能について学びます	JA豊橋青果販売課職員ほか
3月9日(水) 午後2時～3時30分	地産地消のメリットや豊橋産農産物の上手な使い方について学び、地産地消メニュー作りのアドバイスを受けます	廣瀬ちえ(料理家)



男女共同参画推進セミナー ホンネの人生を楽しもう!

日程など: 下表(全4回) **ところ:** 男女共同参画センター「パルモ」(神野ふ頭町ライフポートとよはし内) **内容:** 自分の人生を振り返り、ワーク・ライフ・バランスを考えた本音の生き方を学びます **定員:** 30人(抽選) **受講料:** 無料 **その他:** 6か月～未就学児の託児あり(予約制。2月18日・3月10日は1人350円、2月25日・3月3日は1人200円必要) **申し込み:** 2月5日までに市民協働推進課(☎51・2188) ※ホームページ(<http://www.city.toyohashi.lg.jp/15691.htm>)からも申し込み可

■ホンネの人生を楽しもう!

とき	テーマ	講師※敬称略
2月18日(水) 午前10時～正午	なりたい自分になるために自分を見つめなおし生き方up!	中島美幸(愛知淑徳大学講師)
2月25日(水) 午前10時～11時30分	女性のストレス 男性のストレス 物事のとらえ方でイライラ最小限に!	富田美佐緒(精神保健福祉士)
3月3日(木) 午前10時～11時30分	自分らしく生きる 大切な自己尊重 バランスのとれた生活を考えませんか?	増井さとみ(フェミニストカウンセラー)
3月10日(木) 午前10時～正午	これからの人生 ^{がく} 自分の人生をデザインしてみましよう	中島美幸



豊橋市体育協会 スポーツ教室

申し込み: 1月21日午前10時から参加料(おつりのないように用意してください)を豊橋市体育協会(岩田運動公園内 ☎63・3031)、武道館、総合体育館、総合運動場管理事務所、各地区体育館、トレーニングセンター、グリーンスポーツセンター※アクアリーナ豊橋では受け付けできません

■豊橋市体育協会 スポーツ教室

教室名	とき	ところ	対象/定員(申込順)/参加料/持ち物/その他
スケート教室 3月コース (全4回)	3月6日～27日の日曜日 午前8時30分～10時	アクアリーナ豊橋 (神野新田町字メノ割)	年長児以上/220人/3,000円(中学生以下2,500円)/手袋、ヘルメット/貸靴あり(使用料1回300円必要※サイズは15cm以上)



中学生と消防音楽隊の ジョイントコンサート

とき: 2月6日(土)午後1時30分～4時 **ところ:** アイプラザ豊橋(草間町字東山) **内容:** 消防音楽隊と東陵・石巻・東部中学校吹奏楽部による演奏および合同演奏 **定員:** 1,165人(先着順) **入場料:** 無料 **問い合わせ:** 消防本部総務課(☎51・3105)



ジョイントコンサート(昨年のおよす)



黒倉田楽観賞・ 体験バスツアー

とき: 2月21日(日)午前8時30分～午後5時30分 **集合・解散:** 市役所市民広場(東館正面玄関前) ※バス使用 **対象:** 市内在住・在学・在勤の方 **内容:** 設楽町平山地区に伝わる民俗芸能「黒倉田楽」の観賞・体験と、奥三河郷土館の見学をします **定員:** 40人(抽選) **参加料:** 1,000円(昼食代・入館料含む) **申し込み:** 2月1日までに生涯学習課(☎51・2846)



ファミリータスポニー講習会

とき:2月28日(日)午前9時30分～正午
ところ:新栄地区体育館(新栄町字大溝)
内容:スポンジ製のボールをラケットを使わず手を使って打ち合う新しいスポーツ「タスポニー」を楽しみます
定員:72人(申込順)
受講料:無料 持ち物:室内用シューズ
申し込み:1月15日～2月21日に氏名・年齢・電話番号を豊橋市体育協会(☎63・3031)

朝の歩行運動と

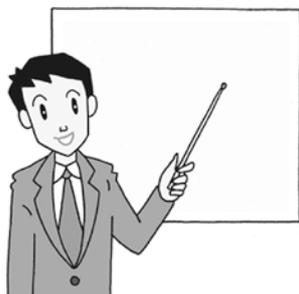
いっせいらジオ体操の集い

とき:2月7日(日)午前7時(雨天順延14日(日))
ところ:岩田運動公園、武道館、高師緑地、グリーンスポーツセンター、総合体育館、ほいっぷ
対象:市内在住の方
参加料:無料 申し込み:不要
問い合わせ:豊橋市体育協会(☎63・3031)



スキルアップ講座 よっちゃんに学ぶ! 本当に伝わる!伝えたいこと

とき:2月12日(金)午後2時～4時
ところ:カリオンビル(松葉町二丁目)
対象:市民活動団体および市民活動やボランティアに興味のある方
内容:限られた時間の中で、簡潔に分かりやすく、好感が持てる話し方の極意を、エフエム豊橋パーソナリティーのよっちゃんこと渡辺欣生さんから学びます
定員:30人(申込順)
受講料:無料 申込先:オレンジプラザ(☎56・5160) info@tees.jp



生涯学習活動推進大会 生涯学習講演会

とき:1月25日(月)午後1時30分～4時(午後1時開場)
ところ:公会堂(八町通二丁目)
内容:市民館活動推進貢献者および社会教育活動功労者の表彰式・活動発表、「オール1の落ちこぼれ、教師になる」などの執筆で知られる宮本延春さん(エッセイスト)による講演会
定員:400人(先着順) 参加料:無料
その他:公共交通機関をご利用ください
問い合わせ:生涯学習課(☎51・2849)



宮本延春さん

こども未来館



休館日:水曜日※変更の場合あり

問い合わせ:こども未来館(☎21・5525)
<http://www.coconico.jp/>



携帯電話用
ホームページ
QRコード

紙面では全てのイベント、講座などをお伝えできないため、ここにここでは週1回イベント、講座情報をメールで配信しています。詳細はホームページをご覧ください。

■仕事場展 想いをかたちに

とき:1月30日(土)～2月16日(火)午前9時30分～午後5時
内容:地元食品メーカー「東海漬物」での仕事や働く人について展示します
観覧料:無料 申し込み:不要

■ここにご子育て講演会 良い脳が良い睡眠を作る 良い睡眠が良い脳を作る

とき:2月21日(日)午前10時30分～正午
講師:小池茂文さん(豊橋メイツ睡眠障害治療クリニック院長)
定員:50人(申込順)
参加料:無料 申込先:子育てプラザ(☎21・5528)

■体験プログラム/子育て講座

申し込み:1月31日(必着)までに返信先明記の往復はがきで①番号・講座名(1通に1つ)②とき③参加者全員の氏名・学年(年齢)④代表者の氏名・電話番号を、こども未来館(〒440-0897松葉町三丁目1)。またはホームページ(パソコン、携帯電話)内体験プログラム申し込みフォームより必要事項を入力

体験プログラム/子育て講座※詳細はホームページをご覧ください。大人のみの参加はできません

体験1 三原色で毛糸の帽子を描こう

とき:2月7日(日) 協力:佐原都代さん(キミコ方式公認講師)

体験3 パンとお菓子をつくろう

マヨネーズパン、スノーボール
とき:2月14日(日) 協力:HAPPY BREAD

体験2 バレンタインのチョコレートケーキをつくろう

とき:2月11日(祝) 協力:手作りパン教室 ぼ～の

子育て1 歯の親子健康講座

とき:2月19日(金) 協力:小巻康子さん(愛知県歯科衛生士会)