

食改さんのヘルシークッキング バランス食でメタボ予防!

とき: 11月15日(火)午前9時40分～午後0時30分 **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:** 市内在住の方(未就学児の同伴不可) **内容:** 鮭のトマト煮カレー風味、小松菜ののり佃煮和えなどを作ります **講師:** 食生活改善推進員 **定員:** 20人(抽選) **参加料:** 500円(食材費) **申し込み:** 10月20日までに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、本講座の参加回数を健康増進課(☎39・9145 ☎kenko-info@city.toyohashi.lg.jp)



難病患者・家族のつらい 難病患者のメンタルヘルス

とき: 11月1日(火)午後1時30分～4時 **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:** 難病と診断された方、家族など **内容:** ①講話「難病患者のこころの健康」②個別医療相談③交流会 **講師:** 金子宏(心療内科医師) **定員:** ①③なし②3人(各申込順) **申し込み:** 10月30日までに健康増進課(☎39・9145 ☎38・0770 ☎kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp) ※②は電話のみ

総合事業に関する事業者向け 説明会

とき: 10月20日(休)午後1時30分～3時30分 **ところ:** 公会堂(八町通二丁目) **対象:** 総合事業への参入を考えている介護サービス事業所、民間事業所、NPO、地域団体など **内容:** 現行相当サービス、緩和した基準によるサービス、住民主体による支援の基準案について説明します **問い合わせ:** 長寿介護課(☎51・2331)

働きたい人のための勉強会

とき: 11月5日～26日の土曜日(全4回) 午後1時～3時 **ところ:** あいトピア(前畑町) **対象:** 在職中または求職活動中で、精神・発達障害のある方 **内容:** 就職のために必要なマナーなどを学びます **定員:** 8人(先着順) **問い合わせ:** とよはし総合相談支援センター(あいトピア内 ☎56・4111)、障害福祉課(☎51・2347)

地域で活躍!! レクリエーションリーダー講座

とき: ①11月10日～12月15日の木曜日 ②11月11日～12月16日の金曜日(各全6回) 午後1時30分～3時30分 **ところ:** ①あいトピア(前畑町) ②大清水地域福祉センター(大清水町字大清水) **対象:** ボランティアとして平日の日中に活動が可能な方 **内容:** 高齢者を対象としたレクリエーション活動の理論と実技を学びます **講師:** 阿部弘子さん(レクリエーションコーディネーター)ほか **定員:** 各20人(申込順) **その他:** 講座終了後はレクリエーションリーダー連絡会に参加し、社会福祉協議会の介護予防事業に取り組んでいただきます **申し込み:** 10月1日～11月3日に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

あいちトリエンナーレ2016 パフォーマンス作品《ライフスパン》

とき: 10月8日(土)～10日(日)午前11時30分、午後1時・3時30分・5時 **ところ:** 公会堂(八町通二丁目) **内容:** アローラ&カルサディーラ監修によるヴォーカルパフォーマンスです **定員:** 各50人(先着順) **入場料:** あいちトリエンナーレ2016国際展チケットの提示が必要。中学生以下は無料 **その他:** 詳細はあいちトリエンナーレ2016ホームページ参照 **問い合わせ:** あいちトリエンナーレ実行委員会(☎052・971・6111)、市役所文化課(☎51・2873)



あいちトリエンナーレ2016 ロゴマーク

とよはし・マスターズカレッジ 楽しく生ごまいか

とき: 11月2日～来年2月8日の水曜日(11月23日、12月28日、1月4日を除く。全12回) 午後1時30分～3時30分 **ところ:** あいトピア(前畑町) **内容:** 笑いがもたらす効能や詐欺予防などについて学びます **定員:** 40人(抽選) **参加料:** 無料(材料費など実費必要) **申し込み:** 10月20日までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

市民スポーツ祭 ターゲットバードゴルフ大会

とき: 11月13日(日)午前9時(雨天順延20日(日)) **ところ:** グリーンスポーツセンター(大岩町字火打坂) **対象:** 市内在住で18歳以上の方 **参加料:** 300円(当日集金) **申し込み:** 11月6日までに申込用紙を豊橋市体育協会(岩田運動公園内 ☎63・3031)、総合体育館、各地区体育館ほか※申込用紙は各申込先で配布

岩屋緑地 どんぐりとキノコまつり

とき: 11月6日(日)午前9時～午後3時(小雨決行) **ところ:** 岩屋緑地一帯 **集合・解散:** 視聴覚教育センター(大岩町字火打坂) **対象:** 小学生以下と保護者 **内容:** 「岩屋緑地に親しむ会」と、どんぐり工作やキノコ汁作りなどを行います **定員:** 20組(申込順) **参加料:** 大人300円、小学生以下200円 **持ち物:** 昼食、お椀、箸、飲み物、筆記用具、軍手 **申し込み:** 10月5日～21日に公園緑地課(☎51・2654)



音楽まつり

とき: 11月12日(土)午後1時30分 **ところ:** 浜道地区体育館・本郷地区市民館(浜道町字桜) **内容:** 「友」をテーマに、保育園児、小・中学生が演奏・合唱などを披露します **問い合わせ:** 豊橋市体育協会(☎63・3031)

豊橋市交通児童館

休館日：月曜日（祝日の場合は翌平日）

問い合わせ：交通児童館
(☎61・5818)



ホームページ
QRコード



■なかよし広場

とき：10月13日(木)午前10時・11時 内容：ペインティングシアター「ふくろうのそめものや」を上演します

■交通マナー ええじゃないか豊橋2016

とき：10月15日(土)・16日(日)午前9時～午後4時30分 内容：交通一句の作品展示、反射材を使った工作

■交通児童館あきまつり2016 ハッピーハロウィン ぼくらの成長収穫祭

とき：10月30日(日)午前9時30分～午後4時30分 内容：ハロウィンを題材に、工作やパレードなどを行います **その他：**

詳細はホームページ参照

■定期開催のプログラム

上記のほか、親子対象の「運動あそび」「おやこ造形あそび」「めざせ!わっぱなし」「リトミックあそび」「おやこヨガ」「おやこふれあい体操」や、0～3歳児と保護者対象の「つどいの広場」を定期開催しています。日程など詳細は交通児童館だより、またはホームページをご覧ください。



おやこ造形あそび
(作品例)



つどいの広場

ほの国 いつきてもホッ! イベント情報 (10～12月)

東三河8市町村のイベント情報を3か月に1回掲載します。ぜひ、ご活用ください。



参候祭(設楽町)



花祭り(東栄町)

イベント名(市町村)	とき	ところ	内容	問い合わせ
みかわdeオンパク (蒲郡市)	10月1日(土)～ 12月26日(月)	蒲郡市を中心に東三河 全域と岡崎市、西尾市、 南知多町各所	フルーツ狩りやクルージングなど 三河ならではの、さまざまな体験 ができます	みかわdeオンパク実 行委員会 (☎0533・68・2526)
鳳来寺山もみじ まつり (新城市)	11月1日(火)～ 30日(水)	鳳来寺山表参道 (新城市門谷地区)	古を感じる建築物と鮮やかな紅葉 を楽しめます	新城市観光協会 (☎0536・32・0022)
参候祭 (設楽町)	11月12日(土)	三都橋津島神社 (設楽町三都橋字内貝津)	七福神と称宜の問答や、軽妙で愉 快な舞のユーモラスを楽しめます	設楽町観光協会 (☎0536・62・1000)
いも煮会in茶臼山 (豊根村)	10月9日(日)	茶臼山高原 (豊根村坂宇場字御所平)	紅葉とともに、村内の里芋を直径 2mの鍋で煮た「いも煮」を味わい ます	(一財)茶臼山高原協会 (☎0536・87・2345)
三遠南信 食の祭典 (豊根村)	10月30日(日)	茶臼山高原	三遠南信地域の海・山の食ブース約 40店舗が一堂に会すイベントです	豊根村役場 (☎0536・85・1311)
とよね・みどり湖 ハーフマラソン (豊根村)	11月6日(日)	みどり湖 (豊根村古真立字月代)	ゲストラナーに、にしおかすみ こさん(芸人)を迎え、爽快に走り ます	豊根村観光協会 (☎0536・87・2525)
東栄フェスティ バル (東栄町)	11月3日(祝) 午前10時～午 後7時	東栄ドーム (東栄町大字本郷字大森)	花祭りのダイジェスト版です。本 番さながらの舞を堪能できます	東栄町役場振興課 (☎0536・76・0502)
花祭り (東栄町)	11月12日(土)～ 来年3月4日(日)	町内11か所 (1月以降は3か所)	鎌倉・室町時代から伝わる舞が夜 を徹して行われます	