

# 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**



ママとたくさん交流できます!

定員  
**各15組**  
(申込順)

## カミカミ教室

歯磨きの話、離乳食の試食、育児相談などを行います。  
**とき:**10/10(水)、10/24(水)、11/14(水)、11/22(木)9:30~11:30  
**ところ:**保健所・保健センター **対象:**9~11か月児と保護者 **料金:**各300円 **申込先:**こども保健課(☎39・9160) **HP**45213

## なかよし広場

親子で歌あそびを楽しみます。  
**とき:**9/20(木)、10/18(木)10:00、11:00 **ところ:**交通児童館 **対象:**3歳未満児と保護者 **問合せ:**交通児童館(☎61・5818)

## 子育てママの託児付パン教室

**とき:**10/4~10/18の木曜日(全3回)10:00~12:00 **ところ:**石巻地区市民館 **対象:**未就学児の保護者 **料金:**3,300円 **申込み:**9/15(土)までに石巻地区市民館(☎88・1317) **HP**23387

## モグモグ教室

離乳食調理の見学、試食を行います。  
**とき:**10/12(金)、10/18(木)、11/9(金)、11/15(木)10:15~11:30 **ところ:**保健所・保健センター **対象:**5~6か月児と保護者 **定員:**各15組(申込順) **料金:**各100円 **申込み:**随時、ホームページで必要事項を入力 **問合せ:**コープあいち豊橋センター(☎43・5020) **HP**45212



## 10月の幼児ふれあい教室(全6講座)

- ①産後の体をヨガでリセットしよう!  
**とき:**10/16~11/6の火曜日(全4回) **ところ:**富士見台幼稚園 **対象:**1~6歳6か月児(10/16現在)と保護者
- ②ママも癒されるオイルを使ったベビーマッサージ&産後ヨガ  
**とき:**10/19~11/16の金曜日(全5回) **ところ:**明照保育園 **対象:**1~7か月児(10/19現在)と保護者 **料金:**1,500円  
**[共通事項]**その他:親子ヨガ、運動親子教室、リトミック、ベビーマッサージも開催。開催場所など詳細はホームページ参照 **申込み:**9/15(土)までにホームページで必要事項を入力 **問合せ:**こども未来政策課(☎51・2325) **HP**23513

## こども未来館 子育て講座

**申込み:**①は9/15(土)、③④は9/30(日)までにホームページで必要事項を入力 **問合せ:**こども未来館(☎21・5528)

①離乳食講座 初期  
**とき:**10/1(月) **対象:**5~6か月児の保護者 **講師:**保育課管理栄養士 **料金:**300円

③親子ふれあい体操  
**とき:**10/26(金) **対象:**1歳~2歳11か月児と保護者 **講師:**星野泰子さん(3B親子体操指導員)

②ハットおばさんの楽しい手品  
**とき:**10/6(土) **対象:**3歳未満児と保護者 **講師:**服部寛子さん(子育てサポーター)

④おえかきしよう  
**とき:**10/29(月) **対象:**1~3歳児と保護者 **講師:**寺井ちかさん(豊川オープンカレッジ講師)

## 乳幼児の子育てお悩み解決塾

乳幼児期の発育の特徴について学びます。  
**とき:**9/28~10/19の金曜日(全4回)13:30~15:00 **ところ:**大清水まなび交流館「ミナクル」 **対象:**3歳未満児と保護者 **料金:**1,500円 **申込み:**9/21(金)までに大清水まなび交流館「ミナクル」(☎26・0010) **HP**23387



## 子育てMEETINGで 気軽にフリートーク

同年代の子の保護者同士で交流し、子育てについて学びます。

**とき:**①10/9(火)②10/16(火)③10/26(金)  
④10/31(水)10:00～12:00 **ところ:**①あいトピア②保健所・保健センター③牟呂地域福祉センター④つつじが丘地域福祉センター **対象:**6歳未満児の保護者 **講師:**清水里子さん(歯科衛生士)ほか **定員:**各20人(申込順) **その他:**6か月児以上の託児あり(予約制) **申込み:**9/1(土)～10/1(月)に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

## 今ドキmamaのセルフケア講演会

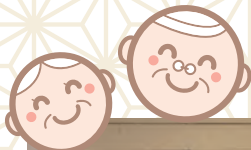
産後の健康や2人目の不妊について学びます。

**とき:**10/31(水)13:30～15:00 **ところ:**保健所・保健センター **対象:**6か月～1歳11か月児と母親 **講師:**竹内欽哉さん(産婦人科医師) **定員:**60組(申込順) **その他:**託児あり。定員40人(申込順) **申込先:**こども保健課(☎39・9160) HP 45215



## 小学校入学予定の子どもに 健康診断を実施します

10月1日(月)時点の住民基本台帳に基づく居住校区の小学校から10月4日(木)以降、対象の子ども保護者宛てに通知します。10月12日(金)を過ぎても通知が届かない場合はご連絡ください。検診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・2835) HP 9021



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



### シニアのための食とお口の健康講座

口の体操を行うほか、誤嚥性肺炎や栄養不足について学びます。  
**対象:**おおむね65歳以上の方 **講師:**管理栄養士ほか **定員:**各50人(申込順) **申込み:**各前日までに住所、氏名、電話番号を各申込先 **問合せ:**各申込先、長寿介護課(☎51・2339) HP 5499  
※時間は13:30～15:00

とき	ところ	申込先
9/28(金)	東陵地区市民館	赤岩荘地域包括支援センター(☎66・1262)
10/10(水)	五並地区市民館	彩幸地域包括支援センター(☎23・6014)
10/18(木)	石巻地区市民館	さわらび地域包括支援センター(☎54・3521)

### 高齢者向け優良賃貸住宅 アネシス・サイトウの入居者を募集します

**入居日:**随時 **ところ:**花田町字齊藤 **対象:**60歳以上の単身世帯または夫婦世帯など **定員:**3戸(申込順) **家賃:**48,500～66,000円(所得に応じて決定) **その他:**間取りは1LDK(約48㎡)。風呂・トイレ・寝室に設置の緊急非常ボタンによる緊急時対応サービスや水センサーによる安否確認サービスの利用可 **申込先:**東海建物株(☎53・1186) **問合せ:**東海建物株、住宅課(☎51・2604) HP 32450

### 見逃さないで! 高齢者の結核

豊橋市では結核患者の約7割が60歳以上です。結核が国民病だった昭和20年代以前に生まれた方は、若い頃に結核菌に感染していると考えられており、免疫力が低下すると結核を発病する危険性があります。2週間以上続く咳・痰、微熱などの症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。また、高齢者はこれらの症状が出ないこともありますので、1年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。

**問合せ:**健康政策課(☎39・9106) HP 8477

### 100歳以上の方へ ご長寿のお祝いをお届けします

100歳以上の方へ祝金3万円を届けます。

**とき:**9/15(土)～9/21(金) **対象:**大正7年以前生まれの方 **問合せ:**長寿介護課(☎51・2330) HP 6394

