

達者でおこな健康教室

人と人とのふれあいを大切にしながら、楽しくするためにすることも盛りだくさんの高齢者（おおむね65歳以上）の憩いの場です。ぜひ、お気軽にご参加ください。

日	ところ
25日(火)	橋公民館 橋泊老人憩いの家
24日(月)	橋町総合センター 大野老人憩いの家
17日(月)	長生公民館 福井町総合センター
14日(金)	羽ノ浦公民館 桑野コミュニティセンター
12日(水)	加茂谷総合センター 那賀川社会福祉会館
11日(火)	ひまわり会館
5日(水)	中野島公民館上中分館
4日(火)	宝田公民館 新野公民館

時間 新野・中野島・那賀川・桑野・福井・大野・橋地区での開催は午前10時～11時30分、橋泊地区は午後2時～3時30分

その他の地区は午後1時30分～3時です。

内容 血圧測定、検尿や阿波踊り体操のほか、介護の現場で働く職員さんが、脳を活性化させるゲームを教えてくださいます。持ってくるもの 健康手帳（無い方は交付します。）

問い合わせ 保健センター（☎22-1590）へ

ザ・男の料理教室 受講者募集

普段料理づくりをしている男性の皆さん、料理をしたことのない男性の皆さん、簡単にバランスも考えた料理をみんなで一緒に楽しく作ってみましょう！
対象 市内在住の40歳以上の男性

日時 午前10時～午後1時
料理経験のない方：10月21日(金)
料理経験のある方：10月28日(金)
定員 各25人（事前の申し込みが必要です）

内容 講義と調理実習
参加費 400円（調理実習費として当日集金）

場所 ひまわり会館
申込締切日 10月11日(火)
問い合わせ 保健センター（☎22-1590）へ



子育てひろば

地域子育て 支援センターだより

無料で施設を開放していますので、お気軽に遊びにお越しください。子育て相談も各施設で随時行っています。

子育て支援合同運動会

日時 11月15日(火)
場所 橋港中浦緑地運動場
対象者 市内在住の未就園児
申込方法 各施設の申込用紙に記入のうえ申し込んでください。
申込期間 10月17日(月)～31日(月)
参加費 200円
※各施設で定員が決まっています。くわしくは、利用施設にお問い合わせください。

みんなのひろば (羽ノ浦さくら保育所 子育て支援センター)

日時 平日 午前9時～午後2時
7日(金) 身体計測
(母子手帳を持参)
11日(火) 戸外で遊ぼう
14日(金) なごみの日
18日(火) 抹茶でリフレッシュ
「アレルギー食の対応」
講師：管理栄養士 佐々木さおりさん

なかよしひろば (平島こどもセンター)

日時 平日 午前9時～午後2時
4日(火) つくって遊ぼう
11日(火) おはなしのポケット
18日(火) アフリカの太鼓
講師：井浦浩子さん
お誕生会
25日(火) お誕生会

にじにじひろば (今津こどもセンター)

日時 平日 午前9時30分～午後3時
4日(火) 鳴らして遊ぼう
11日(火) 楽しい紙粘土遊び
18日(火) お話のポケット
25日(火) お誕生会
「親子でできる米粉パン作り」講師：JA東とくしま柏田要子さん

ふれあいひろば (橋保育所)

日時 平日 午前8時30分～正午・午後2時30分～4時
4日(火) 楽しく遊ぼう
11日(火) おはなし大好き
18日(火) つくって遊ぼう
25日(火) お誕生会

ポリオ生ワクチンの投与

日時 10月4日(火)・21日(金)の午後1時30分～2時
場所 ひまわり会館
持ってくるもの 母子健康手帳、予診票（※料金は無料）
※1回目と2回目の間隔は、6週間以上あけて受けてください。
問い合わせ 保健センター（☎22-1590）へ

こどもの広場・おくすくす阿南

子育て相談や子どもと保護者間の交流の場です。ぜひお越しください。

時間 午前9時30分～11時30分

12日(水) 桑野公民館

14日(金) 新野公民館

19日(水) 長生公民館

26日(水) 福井公民館

28日(金) 加茂谷公民館

ひまわり会館すこやかルームでの開催は4日(火)・5日(水)・7日(金)・11日(火)・18日(火)・21日(金)です。

問い合わせ こども課 (☎22-1593) へ

おむねまむね

日時 平日 午前9時～午後4時

3日(月) 英語であそぼう

7日(金) 高齢者とのふれあい会

11日(火) 発育計測

17日(月) 発育計測・健康相談

19日(水) ふれあい動物教室

20日(木) お誕生会

26日(水) 親子いもほり体験

(雨天時は27日(木))

28日(金) おはなしころりん
※行事によっては有料・事前の

申し込みが必要となります。
問い合わせ 那賀川子育て支援センター (☎0885-381163) へ

親子教室「シルバーママ」

教室 親子たいそう

対象 市内在住の就学前のお子様(2～5歳児)と保護者

日時 10月13日(木) 午前10時～正午

場所 ひまわり会館1階 健康ルーム

内容 マットや跳び箱を使って、楽しく身体を動かし、お子様の発育などを養う

定員 15組(申込順)

申込方法 10月5日(水)～12日(水)の間に、電話でお申し込みください。

※タオル、お茶等をご持参ください。
※教材費必要、託児あります。

問い合わせ 阿南市シルバーママセンター事務局 (☎23-2630) へ

子育てフイフイトーク

赤ちゃんとお母さんの交流の場です。予約はいりませんのでお気軽にどうぞ。

みんな集まれ! 経験・体験 さあチャレンジ! 第9回 阿南市こどもフェスティバル



日時 10月23日(日) 9:30～14:00 ※小雨決行

場所 阿南工業高等専門学校

テーマ 「みんな集まれ!」

たのしい経験 レッツ チャレンジ!

内容 ・こどもの発表 ・こどものあそび
・こどもの実験・観察 ・こどものものづくり
・こどもの大型体験

午前9時30分から野外ステージで開会宣言、市内幼中の児童・生徒の特技発表。屋外ではミニSLやユニボなど乗り物がいっぱい。一日警察官になってパトカーや白バイに乗ろう。体育館内では万華鏡や空気砲作り、大型絵本、紙芝居で遊ぼう。

※公共交通機関をご利用ください。入場無料。

問い合わせ 生涯学習課 (☎22-3391) へ

子育て一言メモ

— 子どもの気持ちに共感しよう —

自分の気持ちをわかってもらえるというのは、子どもにとって大切なことです。

悲しいときには一緒に悲しんでくれる、うれしいときには一緒に喜んでくれる、そういうときに、子どもは自分の気持ちを分かってもらえたと思います。そして、愛されていると感じます。

「共感」は自己肯定感が育まれるために、有効な関わり方のひとつです。

がんばってうまくいったときは、「やったね!」「すごいじゃない!」と、親と一緒に喜んでくれることで、「よーし、もっとがんばろう」という、意欲もわいてくると思います。

しっかり、子どもの気持ちに共感しましょう。

学校教育課