

さあ！ 元気に出かけましょう。お友達も待ってるよ！

参加の申し込みはいりません。気軽に参加してください。活動時間10:30～11:30

いつ	何を	どこで
12月 4日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう
5日(水)	こどものいえひろば	レッツ楽しく親子体操
6日(木)	チョコチョコひろば	ハンドベルをつくろう
7日(金)	リズムであそぼう	親子でリズムあそび
8日(土)	紙芝居とおりがみのひろば	小学生対象(持ち物:折紙)
12日(水)	0歳児ひろば	ママとスキンシップ
18日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう
19日(水)	つくってあそぼうひろば	ハンドベルをつくろう
21日(金)	あそびのポケット	親子のふれあいあそび
25日(火)	つくってあそぼうひろば	ハンドベルをつくろう

参加の申し込みをしてください。

クリスマス会

と き/12月19日(水) 10:30～
場所・申込先/滝野児童館きらら
参加費/50円

親子工作 『クリスマスツリーをつくろう!!』

と き/12月9日(日) 14:00～16:00
対 象/幼児から小学生の親子10組(先着順)
場所・申込先/やしろこどものいえ
持ち物/折り紙、のり、はさみ、牛乳パック大1個

アンティママの巡回相談(10:00～14:00)

12/12(水) 東条鯉こいランド
19(水) やしろこどものいえ
21(金) 滝野児童館きらら

やしろこどものいえ ☎42 8543(FAX兼)
滝野児童館きらら ☎48 0765(FAX兼)
東条鯉こいランド ☎46 0576(FAX兼)

禁煙チャレンジ教室開催!! 禁煙のコツ、教えます。

ここ数年、禁煙の方法は一新し、タバコをやめられない状況が医学的に解明され、それぞれの根拠に基づいて対処できるようになりました。そうした効果的な禁煙成功のコツをみなさまにお伝えします。

こんな方は、ぜひご参加ください。
お待ちしております。

禁煙に再チャレンジ
したい方

家族から禁煙して
ほしいと言われて
いる方

なかなか禁煙
の決心がつか
ない方

初めて禁煙に
チャレンジ
する方



一緒に禁煙する仲間
がほしい方

日時	内容	場所
第1回 12月6日(木) 19:30～21:00	準備編：上手な禁煙のメカニズム 禁煙を助けるサポートグッズの紹介 *呼気一酸化炭素濃度などを測定します。	社保健センター
第2回 12月13日(木) 19:30～21:00	開始編：「禁煙のコツ、最新情報お伝えします ～医師によるニコチンパッチの効果～」 ますむら医院 増村道雄 院長	

参加希望の方は、申し込みが必要です。事前にお電話かFAXで、お名前・住所・電話番号を保健センターまでお知らせください。

社保健センター(☎43-0436/42-2800 FAX42-3978)