

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	
9月 2日(木)	おはなしひろば	絵本の読み語り	東条鯉こいランド
3日(金)	おひさまひろば	祖父母へのプレゼント作りほか	やしるこどものいえ
	おはなしひろば	絵本の読み語り	滝野児童館きらら
7日(火)	おはなしひろば	絵本の読み語り	やしるこどものいえ
	おひさまひろば	祖父母へのプレゼント作りほか	滝野児童館きらら
9日(木)	おはなしひろば	絵本の読み語り	東条鯉こいランド
10日(金)	おはなしひろば	絵本の読み語り	滝野児童館きらら
14日(火)	0歳児ひろば・おひさまひろば・おはなしひろば	小児医療を守る会のおはなしほか	やしるこどものいえ
	つくってあそぼうひろば	いないいないばあボックスを作る	滝野児童館きらら
17日(金)	よーい・どん!ひろば	体を思いっきり動かそう	やしるこどものいえ
	おはなしひろば	絵本の読み語り	滝野児童館きらら
24日(金)	0歳児ひろば	親子ふれあいあそび	東条鯉こいランド
	おはなしひろば	絵本の読み語り	滝野児童館きらら
28日(火)	よーい・どん!ひろば	体を思いっきり動かそう	東条鯉こいランド
	0歳児ひろば	親子ふれあいあそび	滝野児童館きらら
29日(水)	おはなしひろば	絵本の読み語り	やしるこどものいえ
	よーい・どん!ひろば	体を思いっきり動かそう	滝野児童館きらら
30日(木)	おはなしひろば	絵本の読み語り	東条鯉こいランド
	つくってあそぼうひろば	いないいないばあボックスを作る	やしるこどものいえ

ちくちく教室「エプロンを作ろう」(要予約)

日時/9月11日(土) 13:30～14:30
 場所/やしるこどものいえ(工作室)
 対象/小学生・幼児の親子15組程度(先着順)
 持ち物/裁縫セット、パンダナ

親子ふれあい教室「ミニバスケットを作ろう」(要予約)

日時/9月18日(土) 13:30～14:30
 場所/やしるこどものいえ(工作室)
 対象/小学生、幼児の親子15組程度(先着順)
 持ち物/はさみ、ボンド、定規、鉛筆、洗濯ばさみ10個

子育て巡回相談 9月14日(火) やしるこどものいえ
 (予約不要) 17日(金) 東条鯉こいランド
 10:00～12:00 28日(火) 滝野児童館きらら

やしるこどものいえ ☎42 8543 開館 9:00～17:00
 滝野児童館きらら ☎48 0765 開館 9:00～17:00
 東条鯉こいランド ☎46 0576 開館10:00～16:00

参加者募集

平成22年度
 ヘルスアップ教室(後期)のご案内

最近、健康づくりのために運動をされていますか？ 運動は、生活習慣病予防や体力づくりのために大切です。

ヘルスアップ教室(後期)は、「気軽に」、「楽しく」、「継続」をモットーに体をほぐし、家でもできる体操などをお伝えする運動教室です。いつまでも若々しくいきいきと過ごしたい、運動をしたいけどどんな運動をしたらいいかわからない、一人ではなかなか続けられないなどと思われる方、ぜひご参加ください。

日時 10月～平成23年3月
 毎週火曜日 10:00～11:00(6か月間 全23回)

場所 社中央体育館
 講師 フィットネス・コーディネーター
 山崎タケシさん

実施内容 体操、ストレッチ、エアロビクスなどの運動

定員 100人(先着順)

参加費 1,500円(後期6か月分)

申込期間 9月13日(月)～9月17日(金)

申込方法 加東市保健センターへ電話で申し込んでください。
 申し込み多数の場合は、平成21年度に参加されていない方が優先となりますので、ご了承ください。
 病気がある方は事前に主治医と相談してください。
 申し込み・問い合わせ 加東市保健センター ☎42-2800/43-0432

暑さに負けず
 イチ・ニ! イチ・ニ!

