

児童センターに おいでよ!

詳しくは… ●子育て支援課(市役所内) ☎23局3513

児童センターだよりをご覧ください。

※小学校・保育園・幼稚園・市民館・福祉センター・子育て支援課にあります。

🏠 <http://www.city.tahara.aichi.jp/life/baby/facility.html>

田原児童センター ☎23局4761

●利用対象: 0~18歳未満の児童(小学校入学前の乳幼児は保護者の付き添いが必要)

1 月のお休み

1日☑・祝~4日金、7日☑、15日☑、
21日、28日☑

◎アイデア工作

廃材を使って自由に作ろう。センスが光ります。

期間 ● 1月8日☑~20日☑

※1月12日☑~14日☑・祝は除く



●自分より大きいロボットを作ったよ!

◎子育て講座ハグ

日時 ● 1月16日☑ 午前10時~

テーマ ● 心身共にたくましく
(知育・徳育・体育・食育)

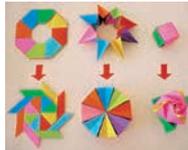
◎工作「おりがみあそび」

ユニットを組み合わせて作ります。大人もびっくり! 作って遊べる折り紙です。

期間 ● 1月29日☑~2月11日☑・祝

対象 ● 小学生以上

材料費 ● 10円



おりがみあそび▶

◎みんなの様子



●みんなで作ると楽しいよ!

◎お知らせ

市内の小学生以上の方を対象に、緊急時連絡のための「利用登録」を受付で行っています。なお、児童センターでは託児は行っていません。



「市民の声」紹介



Q ケーブルテレビで平成24年6月に放送された『田原の伝統文化「田原凧」』の映像を見ることはできませんか。



『田原の伝統文化「田原凧」』は、田原市が「田原ほっとらいん」の番組として制作したものです。

ケーブルテレビの市政情報番組「街角ネットたはら」や「田原ほっとらいん」のバックナンバーは、ケーブルテレビ「ティーズ」のホームページでご覧いただけます。



●街角ネットたはら

🏠 <http://www.tees.ne.jp/tees/matikado/index.html>

●田原ほっとらいん

🏠 <http://www.tees.ne.jp/tees/taharahot/index.html>

※『田原の伝統文化「田原凧」』は、全国地域映像コンクールで、地域文化アーカイブス理事長賞を受賞(平成24年12月)した番組です。ぜひご覧ください。

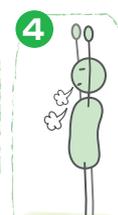
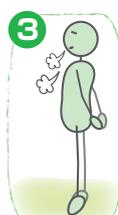
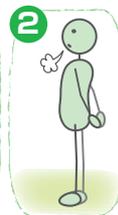
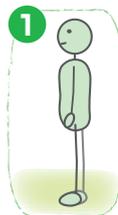
▶ 広報秘書課 ☎22局0138

お手軽

3分フィットネス ⑤4

基礎代謝をあげて体すっきり!

大きな筋肉を使った動きは体を温めるだけでなく、基礎代謝も上げてくれます。意識したしっかりした呼吸も腹筋を使うので、動きに合わせることでさらに基礎代謝があがります。基礎代謝をあげて、すっきりした体を目指しましょう。



① 両足をそろえてまっすぐに立つ。

② 両手を後ろで組み、息を吐きながら肩甲骨を寄せ、背中の隙間を縮める。

③ その姿勢のまま、かかとをゆっくり上げ深い呼吸を数回続ける。

④ 組んだ手を離して両手を広げながら上にあげ、深い呼吸を数回続ける。

①の姿勢に戻す。

※数回繰り返す。

生涯学習課 ☎23局3531