

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。

HP <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)
- 利用時間: 午前9時30分～午後5時

●工作「プラバン」

夏休みの宿題が終わったら作りにぎてね

日時 ●8月27日 ㊗～9月1日 ㊗

対象 ●小学生以上

材料費 ●10円

●チャレンジ「けん玉」

「もし・かめ」に挑戦してみよう!

日時 ●8月6日 ㊗～8月11日 ㊗



●子育て講座ハグ

身近な子育てのお話をテーマに沿ってしてくれます。

日時 ●8月21日 ㊗

午前10時～

テーマ ●「お父さん! 出番ですよ」



●おはなしポケット

日時 ●8月8日 ㊗

幼児向け

= 午前10時30分～

小学生向け

= 午後4時～



8 月のお休み

5日 ㊗、12日 ㊗～15日 ㊗、19日 ㊗、26日 ㊗

●みんなの様子



●遊びの様子 ふたりあやとり

●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



田原市が「日本一の花の生産地から日本一花を贈るまちに!」とPRしていることを広報で知りました。花を贈るまちも素敵ですが、花を見るスポットもありますか?

Tahara

サンテパルクや吉胡町・加治町などの遊休農地(冬には菜の花を栽培)では、ヒマワリが咲いています。

また、伊良湖岬や恋路が浜の海辺ではハマカンゾウやハマゴウなどが見られます。

田原市内をドライブしながら夏の花を探してみたいかでしょうか。

●渥美半島だより

HP <http://www.taharakankou.gr.jp/>

▶ 渥美半島観光ビューロー ☎23局3516

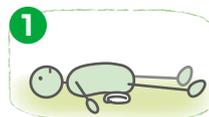
▶ エコエネ推進課 ☎23局7401



お手軽 3分フィットネス⁵⁹

ストレッチで腰痛予防!

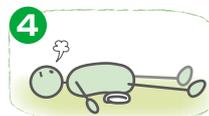
腰骨と脚をつないでいる筋肉は姿勢や歩き方に大きく関係しています。この筋肉が硬くなっていると前かがみになってしまうなど姿勢が崩れ、腰痛の原因にもなります。タオルを使ったかんたんなストレッチでほぐしましょう。



① 仰向けに寝てお尻と腰の間辺りに折りたたんだタオルをおく。



② 息を吐きながら右足を曲げて抱えこむ。



③ そのままの姿勢で、数回深い呼吸をする。
※左の脚の付け根が伸びるのを感じながら呼吸する。

④ ①の姿勢に戻す。

⑤ 左脚も同様に行う。
※左右、数回繰り返す。

生涯学習課 ☎23局3531