

児童館 においでよ!

詳しくは… ●子育て支援課(市役所内) ☎23局3513

児童館だよりをご覧ください。

※保育園・幼稚園・福祉センター・子育て支援課にあります。

ホームページからもダウンロードできます。

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

田原児童センター ☎23局4761 / 西部児童館 ☎25局0211

3 月のお休み

1日(月)、8日(月)、15日(月)、
23日(火)、29日(月)

◎工作ランド

『交通安全キーホルダー』

押し花を使って、オリジナル交通安全キーホルダーを作ろう。

開催期間

●3月2日(火)～20日(土)



▲お花のかわいいキーホルダーに!

◎3月のチャレンジ

『ハンドで25』

1から25までの数字を、正確に早く並べてみよう!

開催期間

●3月2日(火)～31日(水)



▲誰が一番早く、並べられるかな?

◎映画会 (児童センターのみ開催)

日時 ●3月21日(日・祝) 午後1時30分～

◎子育て講座 (児童センターのみ開催)

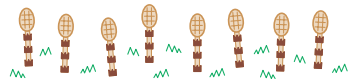
日時 ●3月17日(水) 午前10時～

◎絵本の読み聞かせ

日時 ●3月18日(木) 午前10時30分～

◎人形劇 (児童センターのみ開催)

日時 ●4月10日(土) 午後2時30分～



お手軽

3分フィットネス②

心を健康にして体も健康に!

何も考えずに体をリラックスさせることで、疲れが取れていきます。呼吸をコントロールすることにより自律神経のバランスを整え、精神的な安定を図り、心と体を健康にしていきたいと思います。



① 手足を自然に伸ばし、仰向けに寝る。手の平は上を向けておく。



② まぶたを閉じて、数回深い呼吸をする。手足の力を抜き、手足の重さを感じながら呼吸を続ける。



③ 手足を振ったり握ったり、伸びをしたりしてからゆっくり起き上がる。

※3～5分くらいを目安に行いましょう。

生涯学習課 ☎23局3531

6ch ティーズチャンネル
で放送中

ケーブルテレビ



広報秘書課 ☎22局0138

街角ネットたはら番組表

放送日	内容
～3/4	全国菜の花サミット 渥美半島菜の花まつり
3/5～3/18	しみんのひろば COP10パートナーシップ事業 「きのこ菌打ち体験」
3/19～4/1	田原福祉専門学校卒業式 外国人ママの会 「日本のお祝い料理を作ろう」

毎日6回放送

①7:40 ②12:40 ③15:40 ④18:40 ⑤22:40 ⑥24:40

※天候などにより、内容を変更する場合があります。

■ 3/3(水)の市長施政方針演説、3/4(木)・5(金)の市議会定例会の一般質問を中継予定

