

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

6 月のお休み

7日(月)、14日(月)、21日(月)、
28日(月)

◎工作ランド

「ぶんぶんゴマ」

上手に回せるかな? 作って遊んでみよう。

開催期間

●6月1日(火)~30日(水)

※日曜日は除く



▲ぶんぶんに回してみよう!

◎6月のチャレンジ

「スイスイひも通し」

洗濯ばさみやボタンなど、身近で穴の空いているものを通してみよう!

開催期間

●6月1日(火)~30日(水)



▲1分間に何個通せるかな?

◎子育て講座(児童センターのみ開催)

日時●6月16日(水) 午前10時~

◎絵本の読み聞かせ

日時●6月17日(木) 午前10時30分~

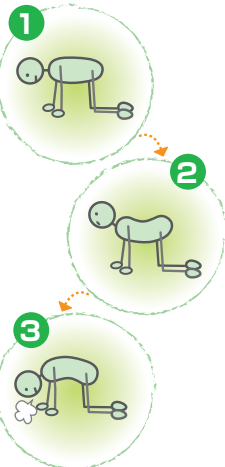


お手軽

3分フィットネス②④

猫のポーズで背中をほぐそう!

背中をそらせたり丸めたりすることにより、背中の筋肉全体がほぐれます。血流も良くなり、背中や肩のコリが解消されていきます。背筋が伸びることにより姿勢も改善され、内臓への負担が軽減されます。背骨の動きを意識しながらゆっくりと行いましょう。



① 手は肩幅、足は腰幅に開いて四つんばいになる。

② 息を吸いながら胸を開くようにして背中をそらせる。

③ 息を吐きながら、おへそをのぞき込むようにして背中を丸める。このとき両手と両足は、床を押すように背中を上を持ちあげるようにする。

※ゆっくりと10セット程度行う

生涯学習課 ☎23局3531

ティーズチャンネルで放送中

アナログ 6ch デジタル 12ch

ケーブルテレビ



TAHARA

広報秘書課 ☎22局0138

街角ネットたはら番組表

放送日	内容
~6/10	田原市博物館・渥美郷土資料館企画展「杉浦正美展」—幻想と創造の世界— 防災リーダー研修会
6/11~6/24	第50回記念田原凧まつり 東三河スポーツ少年団交流会
6/25~7/8	愛のココナッツメッセージ PART23 「やしの実」 投流 防災カレッジ

毎日6回放送

①17:20 ②12:20 ③15:20 ④18:20 ⑤22:20 ⑥24:20

※天候などにより、内容を変更する場合があります。

■6/10(木)・11(金)

に市議会定例会を中継予定

