

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

●チャレンジ「はしではこぼう」

開催期間 ●4月15日(火)~20日(日)



●キッズカーであそぼう

遊戯室で思いっきり乗ってみよう

開催期間 ●4月22日(火)~25日(金)

午前中のみ



●アイデア工作

牛乳パックや空箱を使って自由作ってみよう

開催期間 ●4月22日

(火)~27日(日)



●おすすめBOOK

開催期間 ●4月23日(火)~5月11日(日)



4 月のお休み

4月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)

●みんなの様子



●日曜日はお父さんも大活躍!

●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 広報たはらに掲載された写真をいただくことはできますか?

Tahara

広報たはらに掲載した写真は、写っているご本人やご家族の方に、プレゼントしています。ご希望の方は、田原市役所南庁舎4階の広報秘書課までお越しください。

なお、焼き増しなどで後日のお渡しとなる場合がありますので、事前に電話連絡をいただくと幸いです。



▶ 広報秘書課 ☎22局0180

お気軽にご意見などをお寄せください。

▶ 宛先 = 〒441-3492

(住所不要) 田原市役所広報たはら

☒ koho@city.tahara.aichi.jp

お手軽 3分フィットネス⁶⁷

椅子に座ったままで骨盤ほぐし

椅子に座ったままでお尻ウォーキングをしましょう。骨盤周りの筋肉を使うことで血行が良くなり、体調改善に繋がります。座ったままでその場足ふみをするつもりで行ってきましょう。



- 1 背筋を伸ばして椅子に浅く座る。
- 2 椅子の上でお尻歩きで椅子の後方に移動していく。
- 3 同様にお尻歩きで椅子の前方に移動していく。
- 4 ②~③を数回繰り返す。

※お尻をしっかりと上げて移動しましょう。

スポーツ課 ☎23局3635