

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

●キッズカーであそぼう

開催期間 ●7月8日(金)～7月11日(金)

午前中のみ

対象 ●幼児まで

●児童センターまつり

友達を誘ってみんなで行こう! ちらしをみてね。

日時 ●7月21日(日) 午前10時～12時、午後1時～3時



●昨年の様子

●子育て講座ハグ

お子さんを遊ばせながらお気楽にどうぞ

日時 ●7月16日(金) 午前10時～

テーマ ●「父の役割・母の役割」

●工作「プラバン」

開催期間 ●7月29日(金)～8月3日(日)

午後1時30分～

対象 ●小学生以上

材料費 ●10円



7月のお休み

7月7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

●みんなの様子



●はしを使って上手につみあげます

●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 海水浴に行きたいのですが、市内の海水浴場や夏のイベントなどについて教えてください。

Tahara 市内には、白谷海水浴場、仁崎海水浴場、ココナッツビーチ伊良湖の3つ

の海水浴場があります。海開きは7月12日(土)です。

海水浴期間中には、宝探し大会やビーチサン跳ばし選手権などのイベントを行います。このほか、お得な情報や夏の渥美半島の楽しみ方などホームページでご紹介していますので、ぜひご覧ください。

●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



お手軽 3分フィットネス⁷⁰

夏の「冷え性」を解消しよう!

下半身だけでなく全身を使うスクワットをすることで、血行が良くなり、「冷え性」の解消につながります。夏の冷え性を改善して快適な夏を過ごしましょう!



1 足を肩幅以上に開き、つま先を少し外側に向けて、お腹に力を入れて腰を落とす。

2 息を吐きながらゆっくりと両手を上に上げ、立ち上がる。

3 ①の姿勢に戻り、右手を左に向かって上げ、右側の体側を伸ばすように立ち上がる。

4 ①の姿勢に戻り、左手も同じように行う。

スポーツ課 ☎23局3531

※①～④を数回繰り返す。