

# 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「ドミノタワー」

ドキドキ、ハラハラ…  
どれだけ高くつめる  
かな?

期間 ●6月11日(火)～  
6月16日(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 ●6月19日(火)  
午前10時～

テーマ ●子育て応援団を増やそう



## ●(予告)児童センター10周年

\*センターまつり

日時 ●7月13日(土)・14日(日)  
午前9時30分～午後2時30分

\*大道芸人kei「ジャグリングショー」

日時 ●7月15日(月)・(祝)  
午前9時30分～午後2時30分

## ●おはなしポケット

今月は図書館の司書さんによるおはなし  
会です。

日時 ●6月20日(木)

午前10時30分～

対象 ●乳幼児



## ●みんなの様子



●中学生も楽しんでます。

## ●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 市内でシルバーサロンとい  
う集まりがあると聞いたので  
すが、どんな集まりですか?だ  
れでも参加できますか?

Tahara

ふれあいシルバーサロンは、  
ご近所の方が集まって、手芸やゲーム、井  
戸端会議などでひとときを過ごしてもら  
うもので、社会福  
祉協議会が開催し  
ています。会場の一  
覧や開催日は、「社  
協だより(5月15日  
号)」に掲載していま  
す。どなたでも参加できます。詳しくは、社  
会福祉協議会にお問い合わせください。

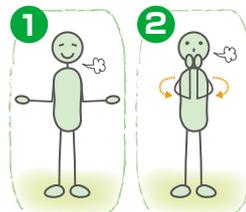


▶田原市社会福祉協議会 ☎23局0610

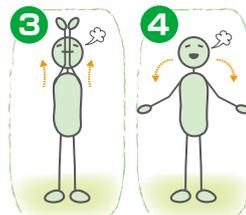
## お手軽 3分フィットネス<sup>58</sup>

簡単な動きで肩周りすっきり!

深い呼吸に合わせてゆっくり動きましょう。はじめに腕を前後左右に揺らして肩周りをほぐしてから行いましょう。



1 手のひらを上に向けて  
膝を90度曲げ、脇につ  
ける。



2 手のひらを顔に向けて  
手の先から肘までをくっ  
つける。



3 手の先が離れないよう  
に意識しながら両腕を  
まっすぐ上に伸ばす。



4 手のひらを外側に向け  
て大きな円を描くよう  
にしてゆっくり腕を下ろ  
す。

5 ①の姿勢に戻す  
上記を5～6セット行い  
ましょう。

生涯学習課 ☎23局3531