

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

2 月のお休み

7日(月)、14日(月)、
21日(月)、28日(月)

◎工作ランド「お花かざり」

ワイヤーで作った木に、和紙の花を飾ろう!

開催期間

- 2月26日(土)まで
受け付け:午後1時30分～
※日曜・祝日は除く

対象 ●小学生以上
参加費 ●10円



◎2月のチャレンジ

「箸つかい名人」

箸を上手に使って、いろいろな記録にチャレンジしよう!

開催期間

- 2月27日(日)まで



▲上手に箸でつかめるかな?

◎イベント(児童センターのみ開催)

日時 ● 2月6日(日) 午前10時30分～

内容 ● 父と子の運動遊び

対象 ● 年少児～年長児とその父親
2人1組で先着30組

申し込み ● 田原児童センターにある申込書に記入し、田原児童センターへ提出

◎絵本の読み聞かせ

日時 ● 2月17日(木) 午前10時30分～

◎子育て講座(児童センターのみ開催)

日時 ● 2月23日(水) 午前10時～

テーマ ● 「みんな一緒」はいいことなの?
(輝け個性・伸ばそう可能性)

「市民の声」紹介



◎ まちづくりや地域づくりについての意見などを提出できる場所は、各校区にありますか?

Tahara

各市民館に「みんなの意見ボックス」を設置いたしました。田原市を「日本一住みやすいまち」にするためのアイデアや、まちづくり、地域づくりに対してのご意見・ご提案、日ごろ感じていることなどを、お気軽にお寄せください。



▶ 広報秘書課 ☎22局0138

お気軽に、ご意見などをお寄せください。

▶ あて先=〒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 ③

姿勢を正してボディラインを美しく!

悪い姿勢は肩こり、腰痛の原因になるばかりではなくボディラインを崩す要因になります。背中をほぐして緊張をとり、背筋を伸ばし正しい姿勢をつくりましょう。



① まっすぐに立って手のひらを上に向けて肘をしっかりとひいて曲げる。

② 息を吐きながら手の甲を内側にして、背中が丸くなるまで前に伸ばす。そのままの姿勢で息を吸って背中を広げる。

③ 息を吐きながら①の姿勢に戻し、息を吸って手を上に伸ばす。

④ 息を吐きながら両腕を左右に広げるようにして①の姿勢に戻す。

※5回程度行いましょう

生涯学習課 ☎23局3531