

# 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

**9** 月のお休み  
 6日(月)、13日(月)、  
 18日(土)、19日(日)、  
 21日(火)、27日(月)  
 ※20日(月・祝)は西部児童館のみ休館

## ◎工作ランド

### 「パタパタ ホパークラフト」

パタパタすると、スーッと滑って楽しいよ!

開催期間

- 9月30日(木)まで
- ※日曜・祝日は除く



▲まどを目かけて遊んでみよう!

## ◎9月のチャレンジ

### 「ウソ絵日記」

絵だけでも、絵がなくてもOK!  
 ♪ウソを絵日記にしてみよう!

開催期間

- 9月30日(木)まで



▲りっぱなウソをつけるかな?

## ◎絵本の読み聞かせ

日時●9月16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●9月22日(水) 午前10時～

新学期も  
 児童館で  
 楽しもう!



## 「市民の声」紹介



Q 「広報たはらクイズ」のはがきに書いた意見やコメントは、どのように対応されていますか?



毎月、「広報たはらクイズ」に多数の方からご応募をいただいております。

添えられたご意見は、広報に関するものだけでなく、市の各種事業に関するもの、時事に関するものなど、さまざまですが、仕事を進める上で参考になるものばかりです。

これらのご意見は、各担当課へ伝達しているほか、市長も目を通して頂いております。また、すぐに対応すべきもの、回答が必要なものについては、各事業の担当課が対応しております。

今後も、広報や市政への建設的なご意見・ご提言をいただければ幸いです。

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

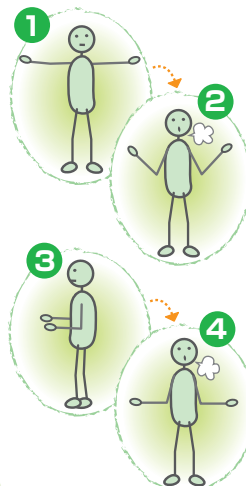
✉ [koho@city.tahara.aichi.jp](mailto:koho@city.tahara.aichi.jp)

## お手軽

# 3分フィットネス<sup>27</sup>

美しい背中になって肩こり・腰痛改善!

悪い姿勢は肩こり、腰痛の原因になります。肩甲骨周りの筋肉を鍛えると背筋が伸びます。姿勢が良くなると背中がきれいに見えるようになり、内臓への負担も軽くなるので体調も良くなります。美しい背中と姿勢で健康な毎日を過ごしましょう。



1 両手を横に広げる。

2 息を吐きながらゆっくりと、ひじを脇腹に向かって引き寄せる。息を吸いながら元の位置に戻す。

3 手のひらを上に向け、ひじを曲げて手を前に出す。

4 ひじを曲げたまま、ひじが脇から離れないように、ゆっくりと両手を横に広げていく。息を吸いながら元の位置に戻す。

※1②を5回程度行ってから3④を5回程度行います。背中を意識して行いましょう。

生涯学習課 ☎23局3531