

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 ホバークラフト」

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?

Tahara 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。感謝申し上げます。

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、市長も目を通して見ます。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

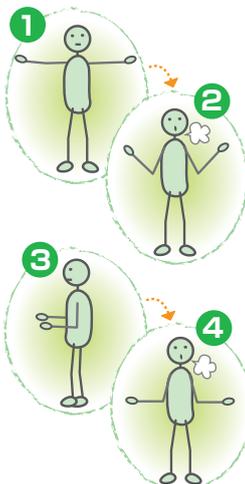
(住所不要)田原市役所広報たはら

✉ koho@city.tahara.aichi.jp

お手軽 3分フィットネス²⁷

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