

子育てすこやかセンター12月事業のお知らせ

子育てすこやかセンターは、0歳から保育所・幼稚園に入所・入園するまでの子どもとお母さん、お父さん、お家の人が集うところです。12月の事業は下記のとおりです。

- ママ講座「クリスマスコンサート」 12月1日(木) 午前10時～11時
- 子育て広場0歳児～3歳児「合同クリスマス会」
12月13日(火) 午前10時～11時30分
※多数の参加が予想されます。事前にご連絡ください。
- お話し会 12月20日(火) 午前10時30分～11時
- 親子リトミック 12月22日(木) 午前10時～11時
- 折り紙を楽しもう 12月27日(火) 午前10時30分～11時

◇問合せ先 子育てすこやかセンター TEL (0771) 68-0082

12月「カフェよっといで」を開催します

子育て中のママさんたちに、ホッとするとともに楽しんでもらう託児付きの「カフェよっといで」。今年も「クリスマススペシャルカフェ」を計画しました。親子での参加はもちろん、ママだけでもご参加いただけます。(申込不要)

- 日時 12月19日(月) 午前10時～午後2時
- 場所 西乗寺(美山町下平屋 下平屋バス停から100m)
- 内容 親子リトミック(講師:小谷 里美氏)、会食など
- 参加費 1,000円程度(昼食代、カフェ代を含む)

◇問合せ先 みやま子育てパートナーズ「よっといで」 TEL (0771) 75-0355
子育てすこやかセンター TEL (0771) 68-0082

「ぽこぽこくらぶ」開催日のお知らせ

親子が気軽につどい、相談できる「居場所」としてひろばを開設しています。

<ぽこぽこ ひろば>

子どもと一緒に出席して自由にゆっくり過ごす「ぽこぽこひろば」。ゆっくりほっこりしにお越しください。

- 日程 12月2日(金)、6日(火)、12日(月)、15日(木)、16日(金)、17日(土)、22日(木)

<保育付き講座・外カフェ>

子どもと離れて、ゆっくりほっこり楽しくお話ししながらお茶しましょう。(7組限定・参加費300円)

- 日程 12月1日(木)

<保育付き講座・ストレッチポール>

ポール上に寝ているだけで、心地よい身体の変化を体感できます。動きやすい服装でお越しください。(7組限定・参加費500円)

- 日程 12月19日(月) ※事前のお申し込み、詳細などはお問い合わせください。

<リラックスタイム>

ボディケアセラピストによるアロマオイルを使っのハンドマッサージが受けられます。日頃の疲れを癒してください。

- 日程 12月5日(月) ●料金 15分500円

※いずれも午前10時から午後3時に八木保健福祉センターで開催します。

<ぽこぽこくらぶ こじまや>

園部の小島屋旅館で行っているc o m i かふえ「こじまや」に、子育てひろばを併設しています。実家に帰省しているような雰囲気でお待ちしています。

- 日時 12月2日(金)、6日(火)、9日(金)、13日(火)、16日(金)、20日(火) 午前10時30分～午後3時

●場所 園部小島屋旅館c o m i かふえ「こじまや」内

※ランチタイム(正午～午後1時)に飲食物の持ち込みが可能です。

※開催日程などが変更になる可能性があります。詳細はお問い合わせください。

◇申込・問合せ先 NPOグローアップ TEL 080-3857-8119

初冬の京北まるごと体験を開催します

小燕漬け、わらつと納豆仕込み、しめ縄作りなどを行います。

- 日時 12月3日(土)、4日(日) いずれも午前9時30分～
- 場所 京都府立ゼミナールハウス
- 参加費 13,000円(1泊4食)、3,800円(日帰り・昼食付) 各日
- 申込方法 電話でお申し込ください。

◇申込・問合せ先 京都府立ゼミナールハウス TEL (0771) 54-0216

薬物乱用ダメ。ゼッタイ。

薬物乱用とは、社会のルールから外れた方法や目的で、薬物を使うことです。近年は違法ドラッグが大きな問題となっています。違法ドラッグは、麻薬や覚せい剤と比べ数千円と安いこと、ジュースやアルコールに混ぜて飲んだり、吸引したりする抵抗感を感じない方法での使用を勧めています。これは売る側の卑劣な手口です。ゲーム感覚や仲間意識で使用を続けると、より危険な覚せい剤など刺激の強いものを求めるようになります。違法ドラッグの摂取や使用は大変危険です。決して摂取や使用をしないでください。

◇問合せ先 南丹保健所 TEL (0771) 62-4754

丹波自然運動公園からのお知らせ

<12月のグラウンド・ゴルフのつどい>

- 日時 12月2日(月例会)、9日、16日(各金曜日) 午前9時～11時30分
- 場所 球技場(当日受付) ●参加費 200円

<12月の太極拳教室>

- 日時 12月9日、23日(各金曜日) 午後2時～4時
- 場所 9日:体育館、23日:公園センター
- 内容 太極拳の基礎 ●対象 18歳以上の方 ●参加費 500円
- 申込期限 開催日の2日前までに電話でお申し込みください。

<12月のスポーツデー>

- 日時 12月13日(火) ●場所 体育館(当日受付)
- 内容 ・午前9時～11時30分:卓球を楽しもう(300円)
・午後1時30分～3時30分:障がい者スポーツのつどい(無料)
・午後6時～9時:スポーツの夕べ(300円)

※「太極拳教室」以外は、事前にFAXまたはEメールで、住所、氏名、電話番号をご連絡の上、お申し込みください。

◇申込・問合せ先 丹波自然運動公園 TEL (0771) 82-0560 FAX (0771) 82-0480
Eメール kouen@kyoto-tanbapark.or.jp

そのへ地域版

保健医療課からのお知らせ

<子育て相談12月の予定>

日時	場所	内容	対象
12月14日(水) 午前9時30分～10時30分	園部保健福祉センター2階和室	身体計測、 保健・栄養 相談など	0歳～就学前 の子ども

<グループワーク12月の予定>

日時	場所	内容	対象
12月2日(金) 午前9時30分～11時30分	憩いの家	茶話会	地域にお住まいの 精神障がいがある方と そのご家族
12月16日(金) 午前9時30分～11時30分	園部保健福祉センター1階和室	クリスマス会	

◇問合せ先 保健医療課 TEL (0771) 68-0016