

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」 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」

13日(火) 午前10時～11時30分

※事前申し込みが必要ですので、12月2日(金)までに電話でお申し込みください。

●お話し会 20日(火) 午前10時30分～11時

●親子リトミック 22日(木) 午前10時～11時

●折り紙を楽しもう 27日(火) 午前10時30分～11時

◇申込・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おうと月1回開催している託児付きの「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。ゆったりと楽しい時間を過ごしましょう。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>

子どもと一緒に掛け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・12月1日(木) 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)

●ストレッチポール・12月9日(月) 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)

※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) ●時間 午前10時～午後3時

●場所 八木保健福祉センター ●料金 15分500円

<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おります。

●日程 12月2日(金)、6日(火)、9日(金)、13日(火)、16日(金)、20日(火)

●時間 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になりました。

※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。

◇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

小蕪漬、蕪つと納豆仕込み、しめ縄作りなどを行います。

●開催日時 12月3日(土)、4日(日)

●参加費 13,000円(1泊4食・JR二条駅から無料送迎あり)
3,800円(日帰り・昼食付) 各日

●申込方法 電話でお申し込みください。

◇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。売り手は、違法ドラッグを麻薬や覚せい剤と比べ安いこと、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きます。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。興味本位であっても、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月の太極拳教室>

●日時 12月9日、23日(第2、4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) ●内容 グラウンド・ゴルフ ●参加費 200円

<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: 障害者スポーツのつどい(無料)

卓球バレー、フライングディスクなど

・午後6時～9時: スポーツの夕べ(300円)

卓球、バドミントン、テニスなど

※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

八木支所版お知らせ

子育て広場「チビッコハウス」のお知らせ

「チビッコハウス」では、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・お家の人が集い、親子でいろいろな遊びを体験して交流を深めることを目的に、毎月1回いろいろな行事を行っています。12月は「クリスマス会」です。

●日時 12月12日(月) 午前10時～11時30分

●場所 八木西地区自治振興会館

●内容 クリスマス会

◇問合せ先 南丹市子育てすこやかセンター TEL (0771) 68-0082

12月「なかよしサロン」のお知らせ

「なかよしサロン」は、親子で一緒に遊んだり、お友達と遊んだり、お母さんやお家の人は交流や情報交換をしたり、安心して子どもたちを遊ばせることのできる場所です。子育てすこやかセンター職員がおりますので、気軽に親子で遊びに来てください。

●開催日 12月5日・12日・19日・26日の毎週月曜日

●時間 午前10時～午後3時

●場所 八木西地区自治振興会館

●その他 子育て広場「チビッコハウス」開催日(12日)は、広場終了後なかよしサロンを開催します。

◇問合せ先 南丹市子育てすこやかセンター TEL (0771) 68-0082

障害者の自立を助ける会第77回定例会のお知らせ

南丹市八木町で障害のある人達と支援する人達が一緒になって、「障害者が自立して生活ができる環境をつくろう」をスローガンに立ち上がった会です。自立に向けてグループホームやケアホーム作りに頑張っています。

定例会を毎月第4土曜日に開いています。ぜひ、お気軽にご参加ください。

●日時 12月24日(土) 午前10時～正午

●場所 旧あじさい園(南丹市商工会横)

◇問合せ先 障害者の自立を助ける会 代表 井上 寿代 TEL (0771) 42-5085