

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

「ぼこぼこくらぶ」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。

<ぼこぼこひろば>

子どもと一緒に出席して自由にゆっくり過ごす「ぼこぼこひろば」。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つて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。

<ぼこぼこくらぶ 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