



子どもの写真をお寄せください。
対象は市内にお住まいの3歳まで
で、1人につき1回に限ります。

投稿方法 12字以内のコメントと子どもの氏名・振り仮名・住所・電話番号を記入し、写真を添えて直接か郵送（〒061-1192住所不要）、電子メール（kohoitaku@civ.city.kitahiroshima.hokkaido.jp）で、政策広報課（写真はお返ししません）

*連絡先などが明記されていないと、掲載できない場合があります。



梅田線ちゃん
おえかき大好き！



吉井悠人ちゃん
歩けるようになったよ！



佐藤紬ちゃん
野球大好き♥

▼ふれて市民スタッフの会「冬休み中のふれて子ども食堂」
日時・内容 ●1月8日(火)肉じゃが定食(サラダ付き) ●1月13日(日)牛丼(みそ汁付き) いずれも正午〜午後1時 中学生以下100円、大人300円で提供
会場・問合せ 地域交流ホームふれて(白樺町1丁目8-2) ☎372-50100

ふれあい通信
原稿の受付期間
●2月15日号は1月14日まで
●3月1日号は1月1日〜1月31日
提出方法
●直接 政策広報課
●FAX 398-4314
●電子メール koho@city.kitahiroshima.lg.jp (添付ファイルは受信できません。本文に入力してください)

おすすめ
絵本 ⑮

ちびゴリラのちびちび
ルース・ボーンスタイン：作
岩田みみ：訳

小さなかわいいゴリラのちびちびは、家族からとても愛されています。キリンやライオンなどジャングルの動物たちも、ちびちびが大好き。ちびちびも、かわいがる周囲の動物たちも幸せいっぱい。柔らかな絵にも癒やされます。

▼冬休み★ちよこつとアロマ&ヨガ
対象 0歳〜就学前の子と親、小学生
日時 1月11日(金) 午前10時〜午後2時(作成時間は30分)
*時間内はいつでも参加できます。

▼子育て支援ワークショップ
む「ひろばDEもくいてたいむ」
日時 1月27日(日) 午前10時30分〜午後2時30分
会場 南ヶ丘会館(大曲南ヶ丘4丁目13-1)
内容 木のおもちゃ、カードゲーム、ボードゲームで遊ぶ
*昼食が必要な方は持参してください。
問合せ 子育て支援ワークショップとまむ ☎090-3114-1596

＜初心者歓迎!!やさしいヨガ＞
日時 1月19日(土) 午後3時15分〜4時45分
講師 斉藤天伸さん
＜共通事項＞
会場 広葉交流センター
参加料 600円
問合せ 河西 ☎090-8275-5703

▼第117回地域のお茶の間
日程 1月13日(日) 午後1時〜3時
会場 地域交流ホームふれて(白樺町1丁目8-2)
時間・内容
●午後1時30分〜きたひろウクレレ・サークルによる演奏
●午後2時30分〜無農薬野菜の販売
*売上金はふれて子ども食堂へ寄付します。
*直接、会場に来てください。
問合せ 寺岡 ☎372-4627

▼And well「冬の運動不足解消&姿勢改善プログラム」
日時 ●1月10日〜2月7日 ●2月14日〜3月14日 いずれも木曜午後6時30分〜8時20分(全5回)
会場 夢プラザ
内容 ヨガ・骨盤体操・筋力アップ
講師 AYUMIさん、松永健吾さん、NAGISAさん
*講師は週ごとに交代します。
参加料 全5回3000円
持ち物 ヨガマットかバスタオル
申込み And well事務局 ☎080-4508-7979