

時30分、11時～12時
会場 保健センター

内容 赤ちゃんの入浴実習、父親の妊婦疑似体験、赤ちゃんの着替え・おむつ替え実習など
定員 各回先着2組(夫婦どちらかの参加も可)

持ち物 母子健康手帳・筆記用具・エプロン
*定員に達した場合、別日での実施を検討します。詳しくは、問い合わせてください。

申込み 前日までに、健康推進課(内線1213)

マタニティ講座 個別相談

〈助産師・保健師による個別相談〉

日時 ①9月3日(木) ②9月10日(木) 13時から、14時から、15時から
いずれも1時間程度

会場 保健センター

内容 ●妊娠中の生活や体のケア、出産、育児について ●赤ちゃんの着替えとおむつ交換の練習
定員 各回1人

持ち物 母子健康手帳・筆記用具
申込期限 ①8月27日 ②9月3日

〈管理栄養士・歯科衛生士による個別相談〉

妊娠中に必要な栄養と母子の歯の手入れに関するアドバイスをお願いします。申し込み後、1日分の食事の写真を電子メールで送信しても

らい、後日個別相談を行います。
申込期限 8月20日

〈共通事項〉
申込み 健康推進課(内線1213)

北広島少年スポーツアカデミー

〈放課後ジュニアスポーツ〉

対象 市内にお住まいで、スポーツ少年団などに所属していない小学3～6年

日時 9月1日～29日の各火曜16時～17時30分(全4回、9月22日を除く)

会場 広葉交流センター
定員 先着25人

参加料 全4回500円

持ち物 室内用運動靴・飲み物・タオルなど

申込み 8月26日までに申込用紙をファクスで、NPO法人きたひ

ろちよいスポ倶楽部(FAX 376-3497-080) 4883-7208

*申込用紙は各学校で配布します。
〈バドミントンスキルアップ教室〉
対象 市内にお住まいで、バドミントン少年団やサークルに所属している小学4～6年

日時 9月12日～26日の各土曜、10月18日(日) 10時～11時30分(全4回)

会場 総合体育館
講師 元NIT北海道実業団選手 三上裕司さん

定員 先着20人

参加料 全4回500円

持ち物 室内用運動靴・タオル・ラケット・飲み物

申込み 9月9日までに氏名・振り仮名・学年・性別・所属団体名を記入しファクスで、NPO法人きたひろちよいスポ倶楽部(FAX 376-3497-080) 4883-7208

トップをめざせ！ かけっこ教室



日程	時間	対象(小学生)
9月5日(土)	10時～11時	1～2年
	11時20分～12時20分	3～6年
9月6日(日)	14時～15時	1～2年
	15時20分～16時20分	3～6年

会場 総合体育館
内容 正しい姿勢やスタートの方法、瞬発力の向上など、走るために必要な基本動作の練習
*両日とも、内容は同じです。
講師 健康運動指導士 柳沼浩さん
定員 各回先着10人
参加料 各回300円(保険料を含む)
持ち物 室内用運動靴・汗拭きタオル
申込み 9月3日までに、体育協会(総合体育館内・☎372-0808)

ふれあい通信

原稿の受付期間
●10月1日号は8月31日まで
●10月15日号は8月15日～9月14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)

催し

▼きたひろちよいも料理をつくるかい「美味しい珈琲の淹れ方講座」
おいしいコーヒーを飲みながら楽しい時間を過ごしませんか。

対象 市内にお住まいの方
日時 8月28日(金) 10時～12時
会場 団地住民センター

内容 コーヒーのバリエーションを楽しむ「アイスコーヒー編」
定員 先着16人

参加料 600円(菓子代を含む)
持ち物 エプロン・筆記用具
申込み 8月24日までに遠藤(☎090-3891-50169)

▼原水爆禁止北広島協議会「平和学習会」
日時 8月23日(日) 10時30分～11時50分
会場 芸術文化ホール活動室

内容 テーマ「コロナ禍のもとで考えよう核兵器・地球・私たちの未来」

会員募集

◆シニアとくわ会

楽しく活動しています。外出の機会が少ない方も参加しませんか。

日時 第2・4火曜 9時30分～12時30分

会場 北広島団地第4住区集会所(緑陽町1丁目1-1)

内容 講演会、演芸会、カラオケ、マージャン、健康体操、旅行など
会費 月額300円

問合せ 川(☎373-8495)

問い合わせは各団体へ



ふれあい通信でお知らせした内容について詳しく知りたい方は、各団体に問い合わせてください。

◆催しは発行日の翌々日以降に開催するものに限りません。

◆参加料・会費などの記載がないものは、原則無料です。

◆問合せ・申込先は、原則として市内の方に限ります。

◆「ふれあい通信」に掲載する行事を市ホームページにも載せたい場合は申し出てください。

◆掲載基準や掲載項目について詳しくは、市ホームページ「市役所ご案内」下「広報北広島」をご覧ください。