

## 子どもの健康講座

**対象** 2歳～3歳の子と親  
**日時** 8月20日(金) 10時～11時30分  
**内容** イイヤヤ期について  
**定員** 先着7組  
 ＊講座終了後、希望者は個別相談ができます。  
**会場・申込み** 前日までに地域子育て支援センターあいあい(☎376-6637)

## マタニティスクール

〈オンライン講話〉

**日程・内容**  
 ●9月7日(火) お産の流れと赤ちゃんの栄養  
 ●9月21日(火) 赤ちゃんとの生活、赤ちゃんとのママの健康  
 ●9月28日(火) 妊娠中の栄養と食事  
**時間** 13時30分～14時30分  
 ＊オンライン会議ツールZoomを使います。事前にアカウントの取得や安定したインターネット環境、通信機器類の準備が必要です。参加者には、後日、IDとパスワードをお知らせします。  
**〈個別相談と実技〉**  
**日時** 9月14日(火) 13時から(1人1時間程度)  
**会場** 保健センター  
**内容**  
 ●助産師による個別相談Ⅱ母乳の準備とマッサージ

●実技Ⅱ赤ちゃんの着替えとオムツ交換  
**定員** 先着4人  
**持ち物** 母子健康手帳・筆記用具  
**〈共通事項〉**  
**申込み** 8月31日までに健康推進課(内線1214)



## ひろばDEもくっていたいむ

**対象** 0歳～就学前の子と親  
**日時・会場**  
 ●8月6日(金)=西の里会館  
 ●8月19日(木)=南ヶ丘会館 (大曲南ヶ丘4丁目13-1)  
 ●8月24日(火)=中央公民館  
 いずれも10時～12時  
**内容** 木のおもちゃやゲームを使った遊びなど

問合せ 子育て支援ワーカーズほっとまむ (☎090-3114-1596)



## きたひろっこ

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  
 ＊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。



吉田 滯梨ちゃん  
お庭でイチゴ狩り♪



西陽翔ちゃん  
車が大好き!

## 体育協会事業

### トップをめざせ! かけっこ教室

5月に中止になった回の振り替えで開催します。

**対象** 市内にお住まいの小学生

日程	時間	学年
8月7日(土)	10時～11時	1～2年
	11時20分～12時20分	3～6年
8月9日(月)	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・タオル  
**申込み** 各開催日の2日前までに体育協会(総合体育館内・☎372-0808)

— 広告