

中 央子育て支援センター

中央子育て支援センター (☎⑧3715)

	日時	対象	内容	定員	持ち物	申し込み
あそびの広場 0歳児 ～ママ1年生 の応援団～	12月10日(休) 14時～15時 30分	生後2カ月～ 1歳2カ月の 第一子とその 保護者	管理栄養士さんによる食育 講座	8組	着替え、おむつ、 飲み物(お茶ま たは水、ミルク) など	11月9日(月) ～13日(金)
お父さんと 遊ぼう	11月14日(土) 10時～12時	小学校入学前 の子どもとそ のお父さん	体操、手遊び、絵本の読み 聞かせなど ※天気良ければ、外遊び。	—	飲み物(お茶ま たは水)など	—

登 別子育て支援センター

登別子育て支援センター (☎⑧2772)

	日時	対象	内容	定員	持ち物	申し込み
追っかけ ベビーマッサ ージ	11月26日(休) 10時～12時	1歳半～2歳2 カ月の子どもと その保護者	わらべうた、追いか けながら行うベビ ーマッサージなど	6組	着替え、飲み物(お 茶または水)など	11月9日(月) ～13日(金)

鷺 別子育て支援センター

鷺別子育て支援センター (☎⑧1235)

	日時	対象	内容	定員	持ち物	申し込み
親子で 楽しむ運動遊び	11月24日(火) 11時30分～12時	小学校入 学前の子 どもとそ の保護者	理学療法士・佐藤優さんによる講座	—	動きやすい 服装、着替 え、飲み物 (水または お茶)など	—
親子で 楽しむリトミック	11月27日(金) 11時30分～12時		音楽療法士・四方明子さんによる講 座			—

富 岸子育てひろば

登別自然活動支援組織モモンガくらぶ (☎080-1890-0865)

	日時	対象	内容	定員	参加料	持ち物	申し込み
子育てCAFÉ	11月13日(金) 10時～12時	子育て中の方	言語聴覚士・今井礼央 奈さんによる、食事や 発音に関する器官の 働きに関する講話	15人 ※託児 あり。	—	—	11月12日 (木)まで
お楽しみ会	11月17日(火) 11時～12時	小学校入学前 の子どもとそ の保護者	絵本の読み聞かせや手 遊び	—	—	—	—
ファースト 1st BIRTH	11月26日(休) 10時30分～ 12時	妊婦の方(子 ども連れ可)	身近な物で、赤ちゃん 用のちょっとしたアイ テムづくり	5人	—	ハンドタオル	11月24日 (火)まで
出張子育てひろ ば	11月27日(金) 10時～12時	小学校入学前 の子どもとそ の保護者	郷土資料館で、郷土の 道具や暮らしを学びま す ※集合場所は、郷土資 料館です。	20人	100円	動きやすい服 装と靴、飲み 物	11月26日 (木)まで
とんこフレンズ パークの日	12月5日(土) 10時30分～ 12時	小学校入学前 の子どもとそ の保護者	冬支度を始めた森の中 でしば刈り体験 ※雨天中止。			スूपカップ、 スプーン、レ ジャーシート、 着替え、飲み 物など	12月3日 (木)まで

医療相談・講習会

～みながわ往診クリニック～

日時 11月7日(土)11時～12時

場所 アーニス1階

内容 登別記念病院院長・福
澤純さんによる睡眠時の無
呼吸症候群についての講話
など

問い合わせ みながわ往診ク
リニック (☎⑧5962)

生活習慣病の予防や運動不足解消に

からだスツキリ運動教室



日時	11月27日(金)10時～11時	12月22日(火)10時～11時
場所	鷺別公民館	しんた21
内容	インストラクター・佐々木博美さんによるストレッチや筋力トレーニング	インストラクター・藤本智恵子さんによるヨガ
対象	市内在住の19歳以上で、生活習慣病が気になる方	
参加料	各300円	
持ち物	運動しやすい服装、上靴、飲み物、タオル	
定員	各15人(定員を超えた場合は抽選)※託児(定員5人)も可能です。	
申込期間	11月2日(月)～13日(金)	11月2日(月)～27日(金)
申し込み先	健康推進グループ(☎⑧0100)に電話	