

子育てのひろば

親子でヨガ

楽しく体を動かして、親子で運動と、癒やしの時間を体験しましょう。

とき 9月16日(水)午前10時半 11時半

ところ こども元気プラザ

対象 1歳以上の未就園児とその保護者

定員 15組(先着順)

受け付け 8月21日(金)

参加料 無料

講師 鶏飼千代さん

申・問 こども元気プラザ 25 1155

育児講座「赤ちゃんお絵かき」

ママがペンを持って、何か書こうとすると「じーじかく」と、赤ちゃんが、ペンを取ってしまうことがありますね。赤ちゃんにとって、お絵描きとは何でしょう。赤ちゃんと一緒に絵を描きして、お話を聞いてみませんか。

とき 9月11日(金)午前10時半 11時半

「軽度発達障がいについて」座談会

「私たちができることを考える最初の一步」

軽度発達障がいのある子どもを持つ保護者の、子育て環境をよりよくするための座談会です。当事者一人ではなく、かわり合うみんなで乗り越えていけるような、つながりのある地域の実現について

ところ こども元気プラザ

対象 未就園児で歩ける子と保護者

定員 25組(先着順)

受け付け 8月24日(月)

参加料 無料

講師 長谷光城氏(現代美術作家)

申・問 こども元気プラザ 25 1155



ネロリ式ワンポイントリフレッシュ講座

アロマを使って頭や脚のマッサージをしましょう。

とき 8月26日(水)、9月30日(水)午後1時

ところ こぎつねの森

料金 1000円

講師 田中悦代さん

その他 予約が必要です。子育て支援こぎつねくん 32 1121

「ここにこ広場」9月の予定

て、みんなで話し合ってみませんか。

とき 9月14日(月)午前10時正午

ところ 共同福祉会館集会所、和室

対象 3歳から小学校2年生の子を持つ保護者、子育て支援の関係者

パネリスト 西尾友子氏(子育て支援団体「飛鳥」代表)

参加料 無料

申・問 駒宮優子(みんな子育てドロップス) 25 0908 138 0001 FAX 28 2938

地域子育て支援センター9月の予定

吉田子育て支援センター吉田保育園内 25-4545

内容・対象	と き
にこにこサロン(しゃぼんだま・0～2歳児)	1日(火)
にこにこサロン(園庭開放、お弁当の日・0～2歳児)	8日(火)

明智子育て支援センター明智保育園内 25-2030

内容・対象	と き
にこにこサロン(園庭開放・2歳児)	3日(木)
めだかサロン(弁当の日・2歳児)	7日(月)
にこにこサロン(お散歩・0～2歳児)	10日(木)

岩村子育て支援センター岩村保育園内 43-2209

内容・対象	と き
音楽リズム遊び(0～3歳児)	3日(木)
人形劇観劇(0～3歳児)	10日(木)
おもちゃつくり(0～3歳児)	17日(木)

やまびこ子育て支援センターこども元気プラザ 25-1155

内容・対象	と き
ふれあいあそび(未就園児)	2日(水)
うんどうあそび(未就園児)	9日(水)
おはなし(未就園児)	16日(水)
遊戯室開放(未就園児)	30日(水)

上矢作子育て支援センター上矢作保育園内 48-3111

内容・対象	と き
ヨガ(社会教育合同・0～1歳児)	1日(火)
ボールプール遊び(2歳児)	8日(火)
読み聞かせ・誕生会(2歳児)	15日(火)
ふれあいあそび(0～1歳児)	25日(金)
河川公園へお散歩(お弁当の日・2歳児)	29日(火)

武並子育て支援センターこども元気プラザ 25-1155

内容・対象	と き
水あそび(未就園児)	1日(火)
外あそび(未就園児)	8日(火)
おはなし広場(未就園児)	15日(火)
ひよこの部屋、園庭開放(未就園児)	29日(火)

山岡子育て支援センター山岡保育園内 56-2255

内容・対象	と き
水あそび(雨天は、ふれあい遊び) 2歳児)	4日(金)
ぶどう狩(0～2歳児)	7日(月)
運動あそび(1歳児)	11日(金)
腹話術(小坂恵美子さん・0～2歳児)	14日(月)
運動あそび・ふれあい遊び(0歳児)	16日(水)
運動あそび(1歳児)	28日(月)

地域包括です

おいしく食べて楽しく話しましょう①

口(口腔)は、食べる、話す、表情を豊かにするなど、元気で楽しい生活を送るために大切な働きをしています。高齢になると身体の機能と同じように、口の機能も低下し、日常生活全般に影響を及ぼすことがあります。

かむ力や飲み込む力が衰えて、食べる物を制限されると、ご飯がおいしくなくなり、栄養の偏りやエネルギー不足になります。そして、筋力が落ちるなど、病気に掛かりやすくなります。また、うまく話せなくなると、外出や人付き合いが面倒になり、閉じこもりがちになります。

口の手入れを怠ると、寝たきりや認知症の原因にもなります。普段から、手入れをして、いきいきとした毎日を送りましょう。

地域包括支援センターでは、出前講座や、いきいき健康教室で口腔衛生について講

成年後見シンポジウム

認知症や知的障がいなどで、物事の判断がうまくできずに悪徳商法に引っ掛かったり、お金の管理や福祉サービスの利用契約ができなくなったりしたらどうしますか。成年後見制度で、判断能力を失った方をどう支援するのか、「老いの風景」を執筆した渡辺哲雄氏が分かりやすくお話しします。

とき 9月6日(日)午後1時半 4時

ところ 明智かえでホール

講師 渡辺哲雄氏(東濃成年後見センター理事長)



渡辺哲雄理事長

【共通】
申・問 地域包括支援センター(内線125)

あなたの不安を安心に変える『地域包括支援センター』です。



こども元気プラザ「ここにこ広場」(TEL 25-1155)9月の予定

種 別	と き	時 間	対 象	備考
うんどう遊び	毎週火曜日	午前10時半～11時	未就園児	
絵本を楽しもう	毎週水曜日	午前10時半～11時	未就園児	
親子で遊ぼう	毎週木曜日	午前10時15分～11時半	未就園児	
お外で遊ぼう	毎週金曜日	午前10時15分～11時半	未就園児	
育児講座 赤ちゃんお絵かき	11日(金)	午前10時半～11時半	歩ける子と親 25組	要申し込み 先着順 受付日8月21日(火)～
親子でヨガ	16日(水)	午前10時半～11時半	1歳以上の未就園児	要申し込み 先着順 受付日8月21日(火)～
赤ちゃん教室 よちよち	1日(火)	午前10時～午前11時半～	0～1歳児	と の2回開催

赤ちゃん教室は児童センターへ(中野児童センター 25-6493、大井児童センター 26-3878)



『みんなで育もう きらきら恵那の宝』 市ホームページでは、「市政の案内」の「各種計画・指針」の「健やかで若さあふれる元気なまち(健康・福祉)」の中で、「恵那市次世代育成支援行動計画」を公開しています。