

## 子育て & 健康情報掲示板

### ● タッピーうきうき子育てセミナー 2009「子育て講演会」 ●

日時 9月18日(金)午前10時～11時30分。  
会場 東区役所3階「第1会議室」。  
対象 東区にお住まいの子育て中の保護者、子育てに関心のある方。  
内容 「笑顔で子育て」。  
講師 高橋由紀子(札幌大谷大学・札幌国際大学非常勤講師)  
定員・費用 80人(先着順)。無料。  
申込 8月17日(月)午前9時から電話で申し込み。  
その他 40人の託児有(先着順)。  
詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331



### ● もっと食べよう！野菜パネル展 ～8月は野菜摂取強化月間～ ●

健康のために、毎日の食生活を見直してみませんか。  
1日に必要な野菜の量などをわかりやすく紹介します。おいしい野菜料理のレシピもあります。  
日時 8月18日(火)～21日(金)。  
会場 東区民センター1階ロビー。  
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



### ● ちあふる・ひがしから ☎711-7807 ●

会場は、すべて「ちあふる・ひがし」(北9条東7丁目)です。

#### 子育て講座「かみかみ期」

日時 8月25日(火)午後2時～3時。  
対象 離乳後期のお子さんと保護者。  
定員・費用 10組(先着順)。無料。

申込 8月11日(火)午前10時から電話または窓口で申し込み。

#### 子育てサポートセンター説明会

日時 8月17日(月)①午前10時から、②午前11時から。  
対象・費用 東区にお住まいの子育て中の保護者。無料。  
申込 8月14日(金)までに電話または窓口で申し込み。

#### サンデーサロン

日時 8月23日(日)午前10時～正午。  
対象 就学前のお子さんと保護者。  
費用・申込 無料。直接会場にお越しください。

### ● プレバパクラス(両親教室) ●

初めての赤ちゃんを迎えるご夫婦が対象です。  
実習を通じて、子育てについて学んでみませんか。  
日時 8月28日(金)午後6時30分～8時30分。  
会場 東保健センター(受付開始は午後6時)。  
対象 平成21年11月～22年1月に出産予定のご夫婦。  
定員・費用 50組(先着順)。無料。  
申込 8月14日(金)～21日(金)に電話で申し込み。  
持ち物 母子手帳、筆記用具、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。  
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211

### ● プレママクッキング参加者募集 ●

実習を通じて、妊娠・授乳期の食事を楽しく学んでみませんか。  
日時 9月15日(火)午前10時～午後1時。  
会場 東保健センター2階「栄養実習室」。  
対象 初めて出産される妊婦の方。  
定員・費用 15人(先着順)。無料。  
申込 8月31日(月)～9月7日(月)に電話で申し込み。  
持ち物 エプロン、スカーフ(バンダナ)、手ふき用タオル、筆記用具、母子健康手帳。  
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



## 児童会館だより

※のある児童会館は、中・高校生の夜間利用日を設けています。  
《詳細は各児童会館まで、お問い合わせください》

<b>新生</b> 北8東7 ☎711-1339 <b>一輪車検定</b> 8/17(月)～22(土)、時間はお問い合わせください。 小学生以上。参加自由。持ち物：上靴。	<b>栄西※</b> 北46東5 ☎752-8363 <b>栄西児童会館に人形劇がやってくる!</b> 8/29(土)午後1時30分～2時30分。 幼児以上(幼児は保護者同伴)。参加自由。	<b>北栄※</b> 北30東6 ☎711-3755 <b>みんなでむかしあそび</b> 8/18(火)午後1時30分～3時。 参加自由。皿回しや輪回しもあるよ。
<b>北光※</b> 北18東5 ☎753-6353 <b>シネマパラダイス</b> 8/18(火)午後1時30分～3時30分。 幼児以上。参加自由。	<b>元町南※</b> 北16東16 ☎785-6148 <b>おはなし村</b> 8/18(火)午後0時45分～1時。 小学生以上。参加自由。	<b>ひのまる</b> 北38東9 ☎752-1551 <b>おりがみタイム</b> 8/24(月)午後3時30分～4時30分。 小学生以上。参加自由。
<b>苗穂※</b> 苗穂町5 ☎711-8433 <b>トマトソースのスペイン風オムレツづくり!</b> 8/29(土)午前10時30分～午後1時。小学生。14人。 申し込み必要。参加費：300円。持ち物：エプロン、三角巾、皿、コップ、はし。	<b>東苗穂※</b> 東苗穂5-2 ☎786-3191 <b>ひなぼんシアター</b> 8/19(水)午後1時30分～3時。 幼児以上。8/5(水)よりチケット配布。	<b>元町※</b> 北21東18 ☎784-6664 <b>キッズ元町☆あそび～元町ハウスを作ろう</b> 8/11(火)、12(水)午後1時30分～3時。 小学生。申し込み必要。
<b>伏古</b> 伏古10-3 ☎782-5620 <b>親子でポーノ ピザ作り</b> 8/22(土)午前10時30分～午後2時。小学生以上。 親子10組。申し込み必要。参加費：1組500円。	<b>札苗※</b> 東苗穂9-3 ☎791-5200 <b>おはなしランド</b> 8/12(水)午後1時30分～2時。 幼児以上。参加自由。	<b>丘珠たから※</b> 北35東23 ☎784-8095 <b>チャレンジたからパーク</b> 8/19(水)午後2時～3時。小学生以上。参加自由。 持ち物：着替え、タオル。水を使ったゲームをします。
<b>丘珠ひばり※</b> 北丘珠4-1 ☎785-6137 <b>ずもう教室</b> 8/12(水)、26(水)午後3時45分～4時45分。 小学生～中学生。参加自由。	○幼児は保護者と一緒に参加してください。 ○申し込みが必要な行事は、本人が直接申し込んでください。 なお、申込方法などの詳細は各館にお問い合わせください。	

