



## みんな元気!! 食育体験レストラン

へはじめてのおせち料理▽

- ▽調理メニュー だて巻き、彩り田作りなど。
- ▽講師 料理研究家 立野 豊子氏。
- ▽日時 12月6日(木)10時~13時30分(受け付けは9時45分から)。
- ▽会場 中央保健センター2階講堂・栄養実習室(南3西11)。
- ▽対象 区内在住で、初めての「おせち料理作り」に挑戦したい方。
- ▽定員・費用 25人・無料。
- ※託児はありません。
- ▽持ち物 エプロン、三角巾、手拭き用タオル、上履き、筆記用具。
- ▽申込 11月12日(月)~20日(火)に電話で(ファクス不可)。
- 多数時抽選。結果は11月29日(木)までにはがきで連絡します。
- 【申込・詳細】 市コールセンター(22) 4894(8時~21時)

▽会場 中央保健センター2階講堂・栄養実習室(南3西11)。  
▽対象 区内在住で、初めてのお子さんを迎える妊娠5~7カ月の方。  
▽定員・費用 25人・無料。  
▽持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、手拭き用タオル、上履き、筆記用具。  
▽申込 11月12日(月)9時から電話で(ファクス不可)。先着順。

【申込・詳細】 健康・子ども課 (511) 7221

## 両親教室

ご夫婦で赤ちゃんを迎える準備をしませんか?  
▽内容 講話、育児実習、妊婦疑似体験など。  
▽日時 12月7日(金)18時30分~20時30分(受け付けは18時から)。  
▽会場 中央保健センター2階講堂(南3西11)。  
▽対象 区内在住で、平成25年2~4月に出産予定の初妊婦とその夫。  
▽定員・費用 40組(80人)・無料。  
▽持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。

▽申込 11月12日(月)9時から電話で(ファクス不可)。先着順。  
【申込・詳細】 健康・子ども課 (511) 7221

## 中央保健センター からのお知らせ

中央保健センター立体駐車場(南3西11)は、改修工事のため次の期間2機ある昇降機のうち1機が使用できなくなります。皆さまには大変不便をお掛けしますが、ご理解のほどよろしく願います。  
▽期間 1号機・12月1日(土)~3日(月)、2号機・12月8日(土)~10日(月)。  
※保健センター周辺は駐車禁止ですので、路上駐車はおやめください。来庁の際は公共交通機関をご利用ください。  
【詳細】 健康・子ども課 (511) 7221

## 子ども映画会

▽内容 「たまごにいちちゃん」「トムとジェリー」ほか。  
▽日時 11月17日(土)10時30分~11時30分。  
▽会場 中央区民センター1階娯楽室(南2西10)。  
▽対象・費用 区内在住のお子さんとその保護者・無料。  
【詳細】 中央区民センター図書室 (271) 1120

## 中央区民講座

▽日程等 下表の通り。  
▽会場 ア・円山動物園(宮ヶ丘3)、イ・中央区民センター12階視聴覚室(南2西10)。  
【申込・詳細】 中央区民センター運営委員会 (271) 1100

### <中央区民講座>

	講座名	受講日時	定員	受講料
ア	新発見! 円山動物園の楽しみ方パート11 ~熱帯動物館のバックヤードを 見学しよう~	11月27日(火)13時30分~15時	20人	700円
	【申込】 11月12日(月)~18日(日)の9時30分~17時に同センター1階窓口か電話で(土・日可)。先着順。 ※当日は13時15分から園内の動物園センターで受け付け。交通費と入園料は実費負担。			
イ	環境を考えるシリーズ 前編 ①「エネルギーについて考えよう」 ②「ごみの減量とリサイクル」	①11月27日(火) ②12月5日(水) ①②ともに14時~15時30分	20人	無料
	【申込】 11月14日(水)~21日(水)の9時30分~17時に同センター1階窓口か電話で(土・日可)。先着順。①②のどちらか単独での受講も可。			

「ついでをぴん 大きくあげて わたろっね」 中央小学校交通安全標語 特選 (平成24年度)

広告