

子育てグループ懇談会  
「おしゃべり広場」

日時 11月13日(月)・15日(水)のいずれも午後2時～3時30分(2日間1コース)。  
会場 区民センター。

対象 0歳～就学前の乳幼児を育てている保護者(託児あり)。  
定員・費用 10人。無料。

申込 10月16日(月)から午前9時～午後5時に、電話で左記へお申し込みください。先着順。  
その他 子育て講座・子育てグループ懇談会は、合わせて年度中1人1回の参加です。  
詳細 区役所健康・子ども課子育て支援係 内線572

ちあふる・とよひら  
子育て講座

①講座 親子で楽しむ絵本の世界。  
日時 10月26日(木)午前10時～11時30分。

申込開始 10月11日(水)午前10時。先着順。  
対象 就学前の幼児と保護者。  
定員・費用 20組。無料。託児あり。

②講座 離乳食～初期食～  
日時 11月2日(木)午後2時～3時。  
申込開始 10月19日(木)午前10時。先着順。

対象 生後4～6カ月の乳児

と保護者。  
定員・費用 10組。無料。

③講座 こんにちはあかちゃん～0・1・2カ月の子育て～  
日時 11月8日(水)午前10時～11時30分。

申込開始 10月25日(水)午前10時。先着順。  
対象 生後0～2カ月の乳児と保護者。出産予定者。

定員・費用 20組。無料。  
講師 高室 典子氏(助産師・助産院エ・ク・ボ主宰)。

以下共通  
会場 豊平区保育・子育て支援センター(ちあふる・とよひら)。

申込 左記へ電話か直接窓口でお申し込みください。  
詳細 豊平区保育・子育て支援センター ☎(851)2510

親子歯つぴー教室

歯磨きやデンタルフロスの実習、むし歯菌活性度のミニ検査を親子一緒に行います。永久歯への生え替わりのお話もあります。

日時 10月24日(火)午前10時～11時。  
会場 区民センター1階和室いこい。

対象 3歳～就学前のお子さん  
と保護者。託児あり。  
定員・費用 15組。無料。

申込 10月12日(木)から午前9時～午後5時に電話で下記

へお申し込みください。先着順。  
詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線524

ママのための健康塾  
～中から、外から美しく～

日時・内容 左表のとおり。

月日	時間	内容(講師)
10月19日(木)	午前10時～正午	①ママの健康チェック(助産師) ②ママの生活習慣チェック(保健師)
10月27日(金)		①ママのための食べ物講座(栄養士) ②ママの笑顔をステキにする講座(歯科衛生士)

会場 区民センター2階視聴覚室。

対象 1～4歳くらいのお子さんの母親で、原則2日間とも参加できる方。託児あり。

定員・費用 20組。無料。  
持ち物 歯ブラシ(27日のみ)。

申込 10月11日(水)～17日(火)の午前9時～午後5時に電話で左記へお申し込みください。先着順。託児を希望される方はお申し出ください。

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線519・524

ひと口健康メモ第15回 毒きのこに気をつけて!

食中毒を起こさないよう、次のポイントを守りましょう。

- ポイント
- ・知らないきのこは、採らない・食べない・人にあげない。
- ・思い違いや昔からの誤った言い伝えを信じない(次のような迷信には全く根拠がありません)
- ×縦に裂けるきのこは食べられる?
- ×虫が食べたきのこは食べられる?
- ×ナスと一緒に食べれば大丈夫?
- ・種類ごとに区別して持ち帰り、調理する前にもう一度確認する。

遊びの広場

区のジュニアリーダーたちと遊びます。

日時 10/14(土)午前10時～午後2時。

対象 区内の小学生。

会場 区民センター2階大ホール。

参加方法 当日、直接会場へお越しください。

持ち物 上靴、昼食(午後まで参加の方)。

詳細 札子連豊平区事務局(区民センター内) ☎812-7183



広告欄