

第12回 東区ふれあい子どもまつり

ステージ発表や縁日コーナーなど楽しいイベントがいっぱい！

日時 11/4(日)10時～14時30分。

会場 東区民センター全館。

内容 和太鼓演奏（東苗穂小）、こま回し、縁日コーナー、食品バザーなど。

その他 10/29(月)～11/4(日)、1階ロビーで子ども会の活動を紹介する写真パネル展も開催します。

詳細 東区子ども会育成連合会
☎742-5515

親育ち応援団講座 ひとり立ちできる 子に育てる

小学校入学前のお子さんに対する親の関わり方。

日時 11/22(木)10時～12時。

会場 東区民センター講義室。

対象 就学前のお子さんの保護者。

費用・定員 無料。20人（先着順）。

その他 受講中はお子さんをお預かりします。（要申込。20人先着順）。

申込 10/11(木)～24(水)に市コールセンター☎222-4894に申し込み。

詳細 市教育委員会生涯学習推進課 ☎211-3872

ちあふる・ひがしから

■サンデーサロン

日時 10/28(日)10時～12時。

対象 就学前のお子さんと保護者。

費用・申込 無料。当日、直接会場にお越しください。

■わらべうたあそび

～親子で楽しむわらべ歌あそび～

日時 11/5(月)10時～11時。

対象 1歳～就学前のお子さんと保護者。

費用・定員 無料。20組（先着順）。

申込 10/22(月)10時から電話または直接窓口。

詳細 ちあふる・ひがし
(北9東7 ☎711-7807)

子育て講座 「おしゃべりひろば」

自分のこと、子どものことなど自由に話し合しましょう。

日時 11/15(木)・16(金)

10時～11時30分

(2日間で1コースです)。

会場 東保健センター。

対象 就学前のお子さんの保護者。

費用・定員 無料。10人程度(先着順)。

その他 受講中はお子さんをお預かりします。

申込 10/11(木)～電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課子育て支援係
☎712-6331

東区健康づくり公開リレー講座

今年3月に締結した3教育機関と東区の「地域連携協定」を記念して「健康」をテーマにした公開リレー講座（全3回）を開催します。

参加ご希望の方は、直接会場へお越しください。

会場 東区民センター2階 大ホール。

対象・費用 どなたでも参加できます。無料。

内容 ○第1回「音楽の力・生きる力」

11/6(火)10時～12時

講師：関谷正子氏（札幌大谷大学芸術学部音楽学科 教授）

○第2回「食中毒を防ごう～生肉・生レバーはなぜ危険なのか～」

11/13(火)10時～12時

講師：高島郁夫氏（天使大学看護栄養学部栄養学科 教授）

○第3回「アンチエイジング・エクササイズ～加齢に伴う筋量の減少を防ぐ～」

11/20(火)10時～12時

講師：澤田友紀氏（専門学校北海道体育大学校 専任教員）

主催 札幌大谷大学・短期大学部、天使大学、専門学校北海道体育大学校、東区役所

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2400

全3回の講座を

受講した方には、

東区マスコットキャラクター

「タッピー」のグッズを

プレゼント！

