

子育て情報 掲示板



「プレママクッキング」

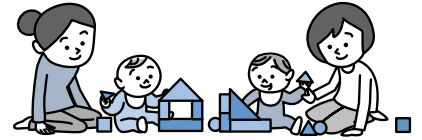
調理実習を通して、妊娠・授乳期の食事を楽しく学んでみませんか。

- 日時** 4月22日(火)10時～13時。
会場 東保健センター2階「栄養実習室」。
内容 講話、調理実習。
対象 初めて出産される妊婦の方。
費用・定員 無料。15人(先着順)。
申込 4月14日(月)までに電話で申し込み。
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、母子手帳。
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

■サンデーサロン

- 日時** 3月23日(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。直接会場。



- 詳細** ちあふる・ひがし (北9東7 ☎711-7807)

ご家庭で不用となった絵本をお譲りください

保育所、幼稚園、子育てサロン、乳幼児施設で活用し、乳幼児期から絵本(読書)に親しむ環境づくりを進めます。

- 絵本の種類** 乳幼児向け絵本(汚れや破れのないもの)。
 ※図鑑、月刊誌は対象外です。

- 受付** 3月11日(火)～14日(金) 8時45分～17時15分。
 東保健センター1階 子育て支援係へお持ちください。
詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331



「神経難病の実際～地域で暮らすために～」

- 日時** 3月14日(金)14時～15時30分。
会場 東保健センター2階 講堂。
対象 どなたでも参加できます。
費用・申込 無料。当日、直接会場へお越しください。
内容 病気やその治療、在宅生活での注意点などについて、医師がお話します。
講師 医療法人セレス さっぼろ神経内科クリニック 深澤 俊行 院長。
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211

ウォームシェア関連イベント

東区民センターサークル体験会

区民センターで活動しているサークルの体験会です。見学のみでも結構です。

- 日時** 3月15日(土)
 ①10時～12時。姿勢バランスサークル。
 ②13時30分～16時。健康太極拳。
 ③17時～20時30分。フリー開放。
 (球技は卓球、バドミントン)
会場 東区民センター2階大ホール。
費用・申込 無料。直接会場へお越しください。
詳細 東区民センター ☎742-5500

ウォーム
シェア

