

## 子育て練習講座 「そだれん」入門編を開催

しつけの際の子どもとのコミュニケーションのとり方を学び、子育ての悩みを減らしましょう。

- ▶とき 10月4日(木)  
10:00～12:00
  - ▶ところ 保健センター1階  
保健指導室(保育あり)
  - ▶対象 3～12歳の子どもと保護者
  - ▶定員 25人(先着順)
  - ▶講師 CSP(児童虐待防止プログラム)トレーナー資格を有する町職員
  - ▶参加費 無料
  - ▶申込み 9月10日(月)～  
受付時間 9:00～17:00
- 問・申 子育て支援総合センター  
(めばえ) ☎(71)3377



## 自殺対策講演会 いのちを見つめて伝えたい 「大丈夫」のことば

一緒に考えましょう！大切な命を守るために、私たちにできること。

- ▶とき 9月29日(土)  
13:30～16:30
  - ▶ところ 聖ステパノ学園 海の見えるホール
  - ▶講師 聖路加国際病院副院長・小児総合センター長 細谷 亮太氏
  - ▶申込み 県精神保健福祉センター  
☎045(821)8822
- 問 スポーツ健康課 ☎内線 309

## 親子で楽しもう「リトミック」 参加者募集

うたや手遊び…いろいろなリズムに合わせて、親子でいっぱいコミュニケーションをとりましょう。

- ▶とき 10月1日(月)
    - ① 10:00～10:30
    - ② 10:45～11:30
  - ▶ところ 子育て支援総合センター
  - ▶対象 ①6か月～12か月の子どもと保護者、②1歳～未就園の子どもと保護者
  - ▶定員 各10組(抽選)
  - ▶講師 榎 久美子氏
  - ▶参加費 無料
  - ▶申込み方法 はがき、電話、窓口のいずれかで。はがきの場合、住所、氏名(子と保護者)、生年月日(子)、電話番号、「リトミック希望」と記入し下記まで。(9月20日(木)消印有効)
  - ▶申込期間 9月10日(月)～20日(木) 受付時間 9:00～17:00
- 問・申 〒259-0112 大磯町国府新宿131 子育て支援総合センター(めばえ) ☎(71)3377

## スクエアステップエクササイズ 講習会

4×10のマス目のマット上で既定のステップを踏むエクササイズ。転倒予防、生活習慣病予防など、誰もが楽しめる運動です。

- ▶とき 9月19日～11月28日  
毎週水曜日 13:30～15:00  
全10回(11月14日は休止)
  - ▶ところ 町立武道館
  - ▶対象 町内在住、在勤、在学の方
  - ▶定員 30人(先着順)
  - ▶講師 樋口 典子氏
  - ▶参加費 無料
  - ▶申込み 9月3日(月)～14日(金)  
電話・窓口で申込み。
- 問・申 スポーツ健康課 ☎内線 359

## 母親講座「ベビーマッサージ」 参加者募集

赤ちゃんがたくさん触れ合っ、もっと子育てが楽しくなります。

- ▶とき
    - 【9月コース】10:00～11:30  
9月11日(火)・25日(火)
    - 【10月コース】10:00～11:30  
10月9日(火)・23日(火)
  - ※いずれも2回で1コース、原則両日参加できる方
  - ▶ところ 子育て支援総合センター
  - ▶対象 3か月(首がすわったくらい)～2歳未満程度の乳幼児とその保護者
  - ▶定員 15組
  - ▶講師 鳥海 愛子氏  
(ハイルドボディセラピスト)
  - ▶参加費 無料
  - ▶申込み 9月コースは9月5日(水)～、10月コースは10月1日(月)～受付開始(先着順)  
受付時間 9:00～17:00
- 問・申 子育て支援総合センター  
(めばえ) ☎(71)3377

## 高齢者教室 ～歌って元気に!!～

ソプラノ歌手から習う健康のための発声法。自然な呼吸と発声で、心身ともに健康になりましょう。

- ▶とき・ところ
    - ・10月4日(木) 14:00～15:30  
世代交流センター「さざんか荘」
    - ・10月9日(火) 14:00～15:30  
保健センター2階研修室
  - ▶講師 田中 詩乃氏  
(町生涯学習人材登録者)
  - ▶対象 どなたでも  
(概ね65歳以上の方)
  - ▶定員 各20人(先着順)
  - ▶参加費 無料
  - ▶申込み方法 電話で9月3日(月)～
- 問・申 生涯学習課 ☎内線 329