

募集 矢板親子スキー教室

日時／平成28年2月6日(土)、2月20日(土)
 6:50 市体育館前集合 7:00 出発
 18:00 解散予定
 ※どちらか1日だけの参加も可。
 場所／だいらスキー場(福島県南会津町)
 対象／市内小・中学生とその保護者
 ※小学1～3年生の参加希望者は必ず保護者が同伴してください。4年生以上は子どもだけの参加可。親子ともに指導あり。
 定員／25人程度
 ※定員を超えた場合は家族単位で抽選。
 ※希望者が20人に達しない場合は中止となりますので、ご了承ください。
 参加費／1日につき
 小学生5,000円、中学生以上5,500円
 (リフト代、保険料など) ※当日徴収します。
 指導者／矢板スキー協会

その他か／
 ・食事はつきません。スキー場の食堂を利用するか、各自お持ちください。
 ・レンタルスキー代は別途実費。(1回につき1,000円)
 ・スキー場まではバスで送迎します。
 申込方法／
 申し込みはがきに次の事項を記入して、12月24日(木)までにお送りください。*当日消印有効(親子で参加希望の場合も1枚で結構です。)
 ①参加者全員の氏名・性別・生年月日・年齢
 ②郵便番号・住所 ③電話番号 ④学校名・学年
 ⑤保護者氏名 ⑥スキー経験の有無(回数)
 ⑦1日だけの場合は参加希望日
 申込・問い合わせ／
 〒329-2165 矢板市矢板103-1
 矢板公民館「親子スキー教室」
 ☎(43)0469 *月曜・祝日休館

募集 おしゃべり会

日頃の子育ての想いなどを気楽におしゃべりしませんか?晴れの日のごちそうに、簡単!おいしい!「おにぎらず」を作ってみましょう!
 日時／12月11日(金)10:00～12:00
 場所／城の湯ふれあい館
 参加費／一家族800円
 その他か／
 ・事前申し込みは不要です。直接会場までお越しください。
 ・ランチ付き、ケーキバイキングあり。
 ・託児もあります。
 問い合わせ／
 やまびこの会 代表 直井 ☎(43)3602
 生涯学習課 ☎(43)6218

募集 おやこのクッキング教室

お父さん、お母さんと楽しく料理をしてみませんか?矢板市健康づくりみどりの会のベテラン主婦と一緒に作るので、あまり料理をしたことがないお子さんでも大丈夫です!
 日時／12月20日(日)10:00～13:00
 場所／矢板公民館
 内容／親子で簡単に作れるメニュー!
 ・おにぎらず・すまし汁
 ・おばあちゃんの煮物
 ・お楽しみカップケーキ
 対象・定員／小学生の親子15組 *申込多数の場合、抽選
 参加費／1組500円(保険料を含む) ※当日集めます。
 申込方法／12月11日(金)までに電話、または直接お申し込みください。
 申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118



親子で遊ぼう

～就学前のお子さんと保護者が対象です～
 参加料記載のないもの…無料 ☎…予約が必要

泉保育所 ☎(43)0435

【お正月遊びを楽しもう】☎
 日時／1月15日(金)10:00～11:30
 内容／昔から伝わる伝承遊びを楽しみましょう

矢板保育園 ☎(43)0033

【鬼は外!福は内!】☎ ※1/13まで
 日時／1月20日(水)9:30～11:00
 参加費／100円
 内容／鬼のお面作りと豆まき

子育て支援Mori(こどもの森こころ保育園) ☎(48)1966

【たき火でおもち、おいしいよ。】☎
 日時／1月13日(水)10:00～11:00
 参加費／親子で100円
 内容／森のたき火でお餅を焼いて食べましょう

つくし保育園 ☎(43)2411

【運動遊び】☎
 日時／1月14日(木)10:00～11:30
 内容／身体を動かして楽しもう(講師来園)

ちゅーりっぷ保育園 ☎(44)0763

【楽しく遊ぼう】☎ ※5日前まで
 日時／1月13日(水)10:00～11:00
 内容／お正月遊び(コマ・凧製作)

子育てサロン

～お子さん連れで一緒にしゃべりませんか?～
 0歳から対象です。お気軽にご参加ください。

矢板幼稚園 エンジェル ☎(43)0470

【子育てサロン】
 日時／1月12日(火)10:00～11:30
 【ベビーマッサージ体験】☎
 日時／1月19日(火)10:30～11:30 参加費／300円
 対象／生後2カ月～歩き出す前くらい 定員／10組
 内容／胸・お腹・手先・手足をマッサージします
 持ち物／バスタオル、赤ちゃんのお出かけグッズ
 赤ちゃんの飲み物(母乳可)

【ベビーヨガ体験】☎
 日時／1月26日(火)10:30～11:30 参加費／300円
 対象／生後4カ月～首すわり期 定員／10組
 持ち物／バスタオル、赤ちゃんのお出かけグッズ
 赤ちゃんの飲み物(母乳可)
 ※動きやすい服装でお越しください。
 ※予防接種後24時間以内や具合の悪い時にはできません。

ぴっころ保育園 ☎(43)0266

【PCクックワールド(スイス)】☎
 日時／1月14日(木)10:00～12:00
 参加費／300円
 内容／チーズフォンデュであっただいんだから～♪
 【鬼のお面を作って豆まきをしよう】☎
 日時／1月29日(金)10:00～12:00
 参加費／100円
 内容／大きな声で福は内!鬼は外!

矢板幼稚園 ☎(43)0470

【つくってあそぼう】☎
 日時／1月14日(木)10:00～11:30
 内容／凧を作って遊びましょう
 【豆まきしよう】☎
 日時／1月28日(木)10:00～11:30
 内容／鬼のお面を作って豆まきをします

すみれ幼稚園 ☎(44)2390

【ちびっこたちの体操教室】☎
 日時／1月15日(金)10:00～11:30
 参加費／200円
 内容／専門講師による親子向け体操教室

かしわ幼稚園 ☎(43)5830

【一緒にあそぼう】☎
 日時／1月18日(月)10:00～11:30
 参加費／有料
 内容／オリジナルバックをつくろう
 【ぱんだくらぶ(プチ入園)】☎
 日時／1月25日(月)10:00～12:00
 参加費／有料
 【こあらくらぶ(プチ入園)】☎
 日時／1月14・21・28日(木)、15・22・29日(金)10:00～12:30
 参加費／有料

すみれ幼稚園 ☎(44)2390

【ホットルーム】
 日時／1月13・20・27日(水)10:00～11:30
 【ベビーホットルーム(2歳以下限定)】
 日時／1月19日(火)10:00～11:30
 ※随時カウンセラーによる相談あり
 ※毎週土曜日は園庭開放

かしわ幼稚園 プチ・フレンド ☎(43)5830

日時／1月13・20・27日(水)10:00～11:30

ほのぼのランド(泉保育所内) ☎(43)0435

日時／1月18・25日(月)10:00～11:30

こどもの森こころ保育園 ☎(48)1966

つくし保育園 ☎(43)2411

ぴっころ保育園 ☎(43)0266

“子育て広場”として子育て支援センター室を開放しますので、ぜひ遊びにいらしてください。
 日時／平日 10:00～15:00
 ※28日(木)10:00～11:30は矢板児童館でも行っています。

子育て相談室

よくいただく質問や、パパママ応援サイト「ともな～る」に投稿された質問などを紹介します。

ともな～るに登録しよう!

「ともな～る」のおしゃべり広場では先輩パパママや専門家がアドバイスします。お気軽にご質問ください!
 http://kosodate.city.yaita.tochigi.jp

第8回「インフルエンザが流行ったらどうすれば…」

保育所(園)や学校等の集団生活で、子どもがインフルエンザにかからないか心配です。予防するにはどうすればいいですか?

1人1人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。
 ●外出先から帰宅した時や、食事の前にはこまめに手を洗う
 ●咳エチケットを守る
 (マスクの着用、咳やくしゃみをするときは口と鼻をティッシュでおおう)
 ●室内では加湿器などを使って、湿度を50～60%に保つ
 ●予防接種を受ける(中3・高3相当の方は助成あり)
 ●普段から十分な睡眠とバランスのよい食事を心掛け、免疫力を高める
 インフルエンザと疑われる症状が出たら、早めに医療機関を受診しましょう。