

催し・講座

健康講座

【高齢者のための口腔ケア～お口の健康は全身を守ること】

口の大事な役割や、おいしく食べる、楽しく話をするための重要なポイントと、毎日できる簡単な健口体操の方法などを学びます。

📍市内在住の60歳以上の方

📅12月14日(水)午後1時30分～3時

📍忠生市民センター

🗣️歯科衛生士・大堀嘉子氏

👤30人(申し込み順)

📄往復ハガキに講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢を明記し、12月5日まで(必着)に、町田市老人クラブ連合会(〒194-0022、森野1-

1-15、わくわくプラザ町田3階)へ。

📞同連合会☎725・4613、町田市高齢者福祉課☎724・2141

町田市民文学館

いずれも保育希望者以外は直接会場へおいで下さい。

【文学館でたのしむ～おとなのためのおはなし会】

「耳から聴く文学」を楽しんでみませんか。

📅11月17日(木)午前10時30分～11時30分

🗣️町田ゆかりの作家紹介＝「八木重吉」/おはなし＝「なんでも信じるおひめさま」(デンマークの昔話)、「動物の言葉」(セルビアの昔話)、「空色のゆりいす」(安房直子作)

🗣️語り手まちだ語り手の会

【紙芝居上演会～紙芝居・大人の時間】

おとなのためのじっくり楽しむ紙芝居です。

📅12月2日(金)午前10時30分～11時30分

🗣️「ゆきおんな」(脚本/桜井信夫、絵/箕田源二郎)、「どんぐりとやまねこ」(原作/宮沢賢治、脚本/堀尾青史、絵/渡辺有一) 他(予定)

📍上演町田かみしばいサークル「ふわふわ座」

◇

📍同館2階大会議室

※保育希望者(1歳以上の未就学児、申し込み順に各6人)は電話で同館へ。

📞同館☎739・3420

市役所まち☆ベジ市

市内の認定農業者が作った町田産新鮮野菜の販売です。

※直接会場へおいで下さい。

📅11月21日(月)午前11時～午後1時(売り切れ次第終了)

📍市庁舎前

📞農業振興課☎724・2166

なたね油しぼり

実演と販売

野津田町の七国山地区で栽培しているなたねから、油をしぼります。

油は、425gビン1本800円で販売します。

📅11月19日(土)、販売時間＝午前9時30分から(数に限り有り、売り切れ次第終了)、実演時間＝午前11時～午後2時

📍ふるさと農具館

📞同館☎736・8380

地域介護予防教室

【スマイル体操教室】

運動と口腔の複合型介護予防教室です。笑顔で筋力トレーニングを目的とした体操を学びます。講座終了後は受講した仲間と活動を共にしていく内容です。

📍市内在住のおおむね65歳以上の方

📅12月5日～2017年2月20日の毎週月曜日(2017年1月2日、9日を除く)、午前10時～正午、全10回

📍都宮成瀬アパート第1集会所

🗣️理学療法士、歯科衛生士、健康運動指導士

👤40人(申し込み順)

📄12月3日午後5時までに電話で南第3高齢者支援センターへ。

📞当日について＝南第3高齢者支援センター☎720・3801、教室全般に関すること＝町田市高齢者福祉課☎724・2146

犬と楽しく暮らすための

基礎講座

📍犬を初めて飼育する方

📅12月14日(水)午後2時～4時

📍町田市保健所(中町庁舎)

🗣️犬のしつけ、飼育マナー等

🗣️町田市獣医師会・芳賀寛典氏

👤40人(申し込み順)

📄11月21日正午～12月4日にイベントダイヤル(☎724・5656📄161121A)へ。

📞生活衛生課☎722・6727

地域のイベントご相談下さい!

生涯学習ボランティアバンク1日体験講座

生涯学習ボランティアバンクは、自身の知識や特技などを地域に還元したいとお考えの市民の方や市民団体が登録しています。生涯学習ボランティアバンクを皆さんに活用していただくため、体験講座を実施します。

📍①②⑥市内在住、在勤、在学の方
③～⑤⑦～⑨市内在住、在勤、在学の20歳以上の方

※⑥のみ小学生以下は保護者同伴

📍生涯学習センター

📄11月15日正午～12月5日にイ

ベントダイヤル(☎724・5656📄

📄161115C)へ(複数講座の申し込みも可、いずれも申し込み順)。

※町内会・自治会、子ども会、老人会、PTAなど地域で行うイベントや講習会等の企画、講師にお悩みの際は、生涯学習ボランティアバンクをご利用下さい。

※各講座の詳細はチラシ(同センターに有り)をご覧ください。

📞同センター☎728・0071

📍市HP(生涯学習センターで募集しているイベント) 🔍

講座名	日時/定員/費用
①「背骨コンディショニング」でカラダを楽に、姿勢もピン!!	12月12日(月)午前10時～正午/20人
②チャレンジ朗読!冬の怪談ばなし「小泉八雲」	12月12日(月)午後2時～4時/15人
③グリーンミュージックで健康になろう	12月13日(火)午後2時～4時/20人/500円
④おもちゃドクターの活動紹介と電池チェッカー作り	12月14日(水)午前10時～正午/15人/300円
⑤ブッシュ・ド・ノエルを作ろう	12月16日(金)午前10時～正午/16人/800円
⑥防災食を手作り食器で試食体験!	12月17日(土)午前10時～正午/25人/500円
⑦「子どものやる気スイッチオン」コミュニケーション講座	12月17日(土)午後2時～4時/20人
⑧思わず笑顔になる楽しい出前落語	12月18日(日)午前10時～正午/30人
⑨みんなで楽しく歌いましょう!	12月18日(日)午後2時～4時/30人

生涯学習センターコンサート

南米folklore ~アンデス・パラグアイ音楽紀行

アルパ、ケーナ、チャランゴなど、アンデス・パラグアイの民族楽器が奏でるハーモニーを存分にお楽しみ下さい。

📍市内在住、在勤、在学の方

📅12月11日(日)午後2時開演

📍生涯学習センター

🗣️曲目「コンドルは飛んで行く」「コーヒールンバ」「花祭り」「カスカード滝」 他(予定)

🗣️出演藤枝貴子(アルパ)、長岡竜介(ケーナ)、寺澤むつみ(ギター、チャランゴ)

👤154人(申し込み順)

📄11月16日正午～12月1日にイベントダイヤル(☎724・5656📄

📄161116A)へ。附室からの親子鑑賞希望者(3組まで)は、併せて申し込みを。

📞同センター☎728・0071

12月の母子健康案内 お気軽にご相談下さい

事業名	対象	会場	開催日	時間	内容/その他	問い合わせ	
プレママ・パパクラス (Aコース=母親学級、Bコース=両親学級) -2コース制-(申し込み制) 📄イベントダイヤル(☎724・5656)へ	16～35週の妊婦とその夫	健康福祉会館	Aコース	2日(金)	午後1時30分～4時	妊娠中の過ごし方、歯の衛生、栄養と食生活	保健予防課 地域保健係 ☎725・5127
			Bコース	9日(金)			
乳幼児・母性相談 ※母子健康手帳をお持ちのうえ、直接会場へおいで下さい。	2か月以上の未就学児とその保護者	健康福祉会館	12日、26日(月)	受け付け＝午前9時45分～11時30分、午後1時30分～3時	身長・体重測定、保育相談、栄養相談、歯科相談、母親のからだや気持ちの相談		
		子どもセンターばあん	9日(金)				
		子どもセンターつるっこ	14日(水)				
忠生保健センター	21日(水)						
プレママクッキング (申し込み制) 📄イベントダイヤル(☎724・5656)へ(町田市ホームページで申し込み可)	16～35週の妊婦	健康福祉会館	15日(木)	午前10時～午後1時	調理実習、会食、妊娠中の食生活の話 📄500円(食材費)	保健予防課 保健栄養係 ☎722・7996	
離乳食・幼児食講習会 (申し込み制) 📄イベントダイヤル(☎724・5656)へ(町田市ホームページで申し込み可)	4～5か月児の保護者	健康福祉会館	初期	5日、19日(月)	午前10時5分～11時45分		離乳食の話と試食(各日とも同一内容)
	8～9か月児の保護者		後期	12日(月)	午前10時5分～11時40分		離乳食後期の話と試食、歯の話
	1歳6か月～2歳0か月児の親子		1日(木)		午前9時55分～11時45分	親子遊び、幼児食の話と試食	