

からだにいい食講座
～基本の食事で免疫力アップ!

健康増進課

027-220-5783

管理栄養士の講話で食事の基本を学び、免疫力を高めます。

12月15日(水)10時～11時30分

保健センター

市内在住・在勤の人、先着15人

11月15日(月)～12月8日(水)に健康増進課へ

アプリで続ける健康ウォーキング

健康増進課

027-220-5708

健康まえばし21講演会を開催。仕事で忙しい人を対象にウォーキングを続けるコツを学びます。

12月2日(水)13時30分(オンラインは後日)

中央公民館かオンライン

市内在住・在勤の人、30人(抽選)

11月5日(金)～19日(金)に電子申請で

噛む力をはぐくむ教室

長寿包括ケア課

027-898-6133

自宅でできる口の手入れやトレーニング方法、噛む力に合わせた食事作りのコツを紹介します。

12月21日(火)13時30分～15時

総合福祉会館

市内在住の65歳以上の人、先着20人

12月8日(水)までに長寿包括ケア課へ



子どもと一緒に楽しい体験とは～父親・母親のかかわり

中央公民館

027-210-2199

子育てでの父親と母親の関わり方などを見直し、よりよい幼児期の体験について考えます。

11月27日(土)13時30分～15時

中央公民館

市内在住でおおむね2歳～5歳の入学前の子の保護者(子どもの同伴も可)、50人(抽選)

11月15日(月)までに上記二次元コードの申し込みフォームで

小中学生のスキー教室

スキー連盟事務局・前原さん

090-4013-0221

小学生スキー教室 来年1月8日～22日の土曜3回 ジュニアスキー教室 来年1月29日(土)、2月5日(土)・12日(土)・27日(日)、3月6日(日) 場かたしな高原スキー場(利根郡片品村)

1は市内在住・在学の小3～小6、先着35人 2は市内在住・在学の小中学生、先着25人

各1万円(リフト券・レンタルスキー料は実費)

申込書の配布=市スポーツ協会ホームページで

1は12月11日(土)まで 2は来年1月7日(金)までに申込書に記入し、スキー連盟事務局へファクス(027-268-4340)で

おもちゃの病院

ボランティアセンター

027-232-3848

11月14日(日) 20日(土) 21日(日) 27日(土) 28日(日)、10時～12時

1は南橋市民サービスセンター 2は宮城公民館 3は総合福祉会館 4は粕川児童館 5は第二コミュニティセンター(保健センター内)

0歳児歓迎!初めてのコンサート&心安らぐトーク

中央公民館

027-210-2199

コロナ禍の閉塞感と育児の不安や悩みを和らげるため、親子で楽しめるコンサートと、石原理恵さんを講師に心落ち着くトークを開催します。

12月25日(土)14時～16時

中央公民館

市内在住の0歳児～入学前の子と保護者、30組(抽選)

12月10日(金)までに上記二次元コードの申し込みフォームで

産後ケア講座

上州mamato

090-7426-2476

バランスボールエクササイズやおしゃべりサロンなど3回の連続講座で産後をサポート。寝相アートの撮影会も実施します。詳しくは本市ホームページをご覧ください。この事業は市民と行政が協働で実施する市民提案型パートナーシップ事業の採択事業です。

11月12日(金)・19日(金)・28日(日)、10時～12時

中央公民館

開催日時時点で生後8カ月未満の子と母親(3回目のみ夫婦で参加可能)、先着7組

500円

11月11日(木)までに上州mamato

sangokea@gmail.comへ

赤城少年自然の家

027-287-8227

赤城サンタが待ってるよ!～クリスマスキャンプ

12月11日(土)～12日(日)(1泊2日)

小学生、先着24人

6,500円

親子で!友達で!作って遊ぼう!～日帰りクラフト体験教室

12月18日(土)

小1～一般、先着24人

中学生以下は3,700円、一般は4,000円

今年最後のスペシャルキャンプ!～ものづくりキャンプ

12月26日(日)～28日(火)(2泊3日)

小中学生、先着24人

1万3,500円

以上の3つは赤城少年自然の家へ

児童文化センター

027-224-2548

最新情報は本市ホームページをご覧ください。

11月のプラネタリウム

平日 15時30分 土日祝日 10時30分 11時30分 13時30分 15時30分

内容=1の火木曜と24は星座のお話「天馬ペガサスと勇者ベレロフォン～ペガサス座物語」1の水金曜と35は天文学シリーズ「星のクイズをつくろう」

図画作品展

対象校・東・大和根・新田・元総社南・元総社北・元総社小・東・箱田・元総社中 11月5日(金)～19日(金) 桃川・荒牧小みやま分校・総社・清里・勝山小・南橋中みやま分校・第六中 11月26日(金)～12月10日(金)

わくわく教室「プログラミング教室・低学年」

11月27日(土)13時～15時

市内在住・在学の小1～小2、16人(抽選)

わくわく教室「親子で協力して、ラックをつくろう!」

12月4日(土)13時～15時30分

市内在住・在学で小学生の親子、8組(抽選)

1組300円

公開発明教室「LEDで光るクリスマスかざりをつくろう」

11月28日(日)13時～16時

市内在住・在学で小学生の親子、8組(抽選)

1組200円

11月13日(土) 11月20日(土) (各必着) までに往復ハガキで(1人1通)。教室名・氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年・保護者氏名・郵便番号・住所・電話番号を記入し、〒371-0013西片貝町五丁目8・児童文化センター「各係」へ

老人福祉センター

65歳未満は要入場料(ふじみは60歳未満)

しきしま

027-233-2121

脳トレストレッチ教室

11月16日(火)13時～14時

一般、先着20人

11月2日(火)から同館へ

ひろせ

027-261-0880

布で作るクリスマスリース

11月29日(月)10時～11時30分

一般、先着10人

500円

11月15日(月)から同館へ

他にもイベントがたくさん。詳しくは各館へ問い合わせください。

おおとも

027-252-3077

肩こり腰痛改善教室

11月16日(火)13時～14時

一般、先着23人

11月2日(火)9時30分から同館へ

かすかわ

027-285-3801

一日教室「大介お兄さんの若返り体操」

11月18日(木)13時30分～14時30分

一般、先着14人

11月8日(月)から同館へ

ふじみ

027-288-6113

一日教室「パドル体操」

11月16日(火)10時30分～11時30分

一般、先着15人

11月4日(木)から同館へ

元気まえばしっす GENKI MAEBASHI KIDS



2歳になる子を紹介しています



柳澤 知花ちゃん 駒形町



町田 律ちゃん 池端町



齋藤 ほのちゃん 総社町総社



山口 慧真ちゃん 宮地町



倉持 瑠海ちゃん 表町二丁目



関 凜響ちゃん 石倉町五丁目

令和2年4月2日～令和2年8月1日生まれの子の募集記事は、本紙1月号に掲載予定です。