

## 相談

### 県立半田特別支援学校 ふれあい相談

保育園・幼稚園・学校の生活になじめない、学習に集中できないなど、子どもの成長や発達について一緒に話し合い、安心して子育てができるよう相談を行っています。

■日時 毎週火曜日・金曜日  
(祝日を除く)

13時30分～17時

#### ■場所

◇雁宿ホール

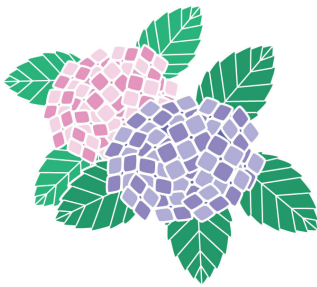
◇岩滑小学校

■対象 知多半島在住で、子どもの成長や発達について

不安や悩みがある方

■費用 無料

■申込み・問い合わせ 電話で半田特別支援学校ふれあい相談部へ ☎7061



## 講習・講座

### からだ喜ぶ健康 料理教室「やわらか介護食」

最近食べづらい、飲み込みにくいと感じていませんか。家族にも美味しく食べられる介護食を学びましょう。

■日時 6月20日(月)  
14時～16時

■場所 保健センター

■対象 おおむね65歳以上の男女

■定員 18名(先着順)

■持ち物 筆記用具・エプロン・三角巾・ふきん・手拭タオル

■参加費 500円

■申込み・問い合わせ 6月6日(月)9時から、電話で保健センターへ ☎0646

※はんだ健康マイレージの対象講座です。



### 40代からのエイジング講座「健康サポーター養成講座」

若返りといえば「アンチエイジング」(老化に対抗する)ですが、すてきに年齢を重ねていく方法にも目を向けてみませんか。この講座はエイジングとうまく付き合う方法を学びます。

#### ■日にち・内容

| 回 | 月日(曜)    | 内容                       |
|---|----------|--------------------------|
| 1 | 7月 5日(火) | 講座・実技「ヘルシーエイジング運動術」      |
| 2 | 7月12日(火) | 講座・測定「自分のからだ検索ツールをつくらう」  |
| 3 | 7月19日(火) | 講座・測定「自分のストレス検索ツールをつくらう」 |
| 4 | 7月26日(火) | 講座「食べ物とエイジングの関係を知ろう」     |
| 5 | 8月 2日(火) | 講座「ヘルシーエイジング実践法」         |

■時間 9時30分～11時30分  
■場所 保健センター  
■対象 5回全てに出席できる方  
■定員 20名(先着順)

■持ち物 動きやすい服装・タオル  
■受講料 無料  
■申込み・問い合わせ 6月15日(水)から、電話で保健センターへ ☎0646  
※はんだ健康マイレージの対象講座です。

### わいわいママプログラム

完璧な親なんていません。たくさん話して、笑って、ストレス発散しましょう。ファシリテーター(進行役)と一緒に、お互いの悩みや子育ての不安などを話し合いながら、育児のヒントもいっぱいもらえます。

■日時 6月17日(金)～7月8日(金)の毎週金曜日(全4回)

10時～12時

■場所 亀崎児童センター

■対象 市内在住の0歳～5歳の子を持つ親で、4回の講座に全て参加できる方

■定員 8名(先着順)

■内容 子どもの生活リズム、しつけの悩み、イライラ解消法、ママではない私など

■受講料 無料

■託児料(子ども1人あたり) 1回300円(要予約)

#### ■今後のプログラムの予定

| 月日(曜)                                     | 場所        |
|---|-----------|
| 9月7日(水)<br>14日(水)<br>21日(水)<br>29日(木)     | 子育て支援センター |
| 10月11日(火)<br>18日(火)<br>25日(火)<br>11月1日(火) | 成岩児童センター  |

■申込み・問い合わせ 6月1日(水)～11日(土)に、亀崎児童センターへ ☎0168

### 救命講習

| 講座名     | 日時                    | 場所         | 定員(先着順) | 内容                       | 申込み・問い合わせ           |
|---------|-----------------------|------------|---------|--------------------------|---------------------|
| 救命入門コース | 7月3日(日)<br>13時30分～15時 | 阿久比町中央公民館  | 20名     | 心肺蘇生法・AEDのみ              | 半田消防署阿久比支署 ☎47-0119 |
| 普通救命講習I | 7月10日(日)<br>9時～12時    | 半田消防署北部出張所 | 20名     | 心肺蘇生法(主に成人を対象)・AED・止血法など | 半田消防署北部出張所 ☎28-5119 |

※年度計画及び詳細は、消防ホームページ(<http://www.cac-net.ne.jp/~chitachu/>)で確認してください。