

# 平成25年度 保育サポート養成講座のお知らせ

～宜野湾市ファミリー・サポート・センター～

就学や学習活動など女性の社会参加活動を推進するとともに、子育てに不安や悩みをもつ保護者への支援のため、自宅で子どもを預かったり、保育園や幼稚園の送迎等の育児の援助ができる「まかせて・どっちも会員」を養成します。

**対象** 市内在住で、本講座の全日程(24時間)に参加でき、講座終了後にはセンター会員として活動できる方、及びセンター主催の研修会や交流会に参加できる方。

**定員** 25名

**受講料** 無料。ただし、テキスト代と調理実習代は実費をいただきます。(2,400円)

※事業説明会以後お支払下さい。

**持参するもの** 身分証明書(運転免許証または保険証など) 写真(3センチ×3センチ)2枚

**講座期間** 6月26日、7月3・10・17日の4日間 9:00～17:00の間

**事業説明会** 6月19日(水) 10:00～12:00  
場所はお申し込みの際お知らせします。  
※事業説明会も講座項目となりますので、必ずご参加下さい。  
**申込期限** 6月18日(火) 17:00まで  
**申込方法** 保育課内にありますファミリー・サポート・センターまでお申込みください。



問合せ: 保育課 ☎893-4411 内線460・461・458

## 子育てガイド (6月) ☎898-5583

母子関係の健診・教室 (場所: 宜野湾市保健相談センター)	受付時間
乳児一般健診	9日(日) 9時～11時・13時～14時45分
1歳6ヶ月児健診	6日(木)・27日(木) 13時15分～14時30分
2歳児歯科健診	20日(木) 13時15分～14時45分
3歳児健診	12日(水)・19日(水)・26日(水) 13時15分～14時
ふたば母子健康相談	4日(火)・18日(火) 10時～11時
マンマン教室(離乳食教室)	14日(金) 13時30分～13時45分
こうのとり倶楽部 (両親学級)	4日(火)・11日(火)・18日(火)・29日(土) 13時15分～13時30分
のびっこ親子教室	5日(水) 時間等はお問合わせください。

## 市民図書館ガイド (6月) ☎897-4646

**<定例おはなし会>** 1階・おはなしのくに  
1日(土) 15時30分 としょかんのおにいさん・おねえさん  
8日(土) 14時 おはなしの木の会(2階展示室)  
15日(土) 15時30分 絵本を楽しむ会「麦の穂」  
19日(水) 15時30分 読み聞かせサークル「ムク」

**<定例映写会>** 2階・カルチャーホール  
8日(土) 15時 『MABUI』(96分)  
22日(土) 14時 『かんからさんしん』(78分)



## 五児童館ガイド (6月)

各行事については申込が必要な為、各児童センターまでお問い合わせください。

《大謝名児童センター TEL・FAX 897-4117》

6日(木)	花の苗植え付け	16時～17時
13日(木)	歯磨き教室	10時30分～12時
14日(金)	父の日プレゼント製作	16時～17時30分
18日(火)	チャレンジ	16時～17時
21日(金)	平和学習	16時～17時30分
24日(月)	一輪車検定	16時～17時

《新城児童センター TEL・FAX 892-8888》

7日(金)	着付け・おりがみ教室	15時30分～17時
10日(月)	父の日★プレゼント作り	15時30分～17時
12日(水)	チャレンジ大会	16時～17時
19日(水)～22日(土)	平和学習週間	
21日(金)	映写会(ビデオ上映)	15時30分～17時
29日(土)	クッキング	13時30分～15時

《我如古児童センター TEL・FAX 897-6767》

7日(金)	一輪車認定会	16時～17時
11日(火)～15日(土)	父の日製作	16時～17時
27日(木)・28日(金)	七夕製作	16時～17時

《大山児童センター TEL・FAX 890-0015》

8日(土)	パソコン講習会	14時～15時
10日(月)	軽スポーツ	16時～17時
13日(木)	おりがみあそび	15時30分～17時
14日(金)	父の日製作	下校時～17時
15日(土)	老人クラブとの交流会	10時～12時
19日(水)	詩吟・紙芝居	16時30分～17時
22日(土)	平和学習映写会	14時～16時

## ミニじどうかん じゃんけんぼん(6月)以下の公民館で行います。

野1区 27日(木) 野3区 26日(水) 普1区 14日(金)・28日(金)  
普3区 12日(水) 宜野湾 3日(月)・17日(月) 長田 13日(木)  
真志喜 10日(月)・24日(月) 真栄原 5日(水)・19日(水) 我如古  
7日(金) 嘉数 6日(木)・20日(木) 嘉数ハイツ 21日(金)  
時間:午後2時～5時30分まで じゃんけんぼん 問合せ:我如古児童センター☎897-6767

《赤道児童センター TEL・FAX 892-3397》

3日(月)	スポーツ	16時30分～17時30分
10日(月)	映写会	16時30分～17時30分
15日(土)	父の日プレゼント作り	14時～16時
17日(月)～22日(土)	平和学習週間	

## 健康ステップアップ教室 ～食と運動で健康な生活を～

食生活の改善や運動など生活習慣病予防や健康づくりに必要な知識及び運動実技を行います。

**対象** 40歳～74歳までの市内に住所を有し、運動制限のない方  
**日程** 6日3日～7月29日毎週月曜日(全8回) 13:30～16:00  
(途中からの参加も受付けております)

**定員** 20名程度 **受講料** 無料

**場所** 市保健相談センター

**申込期間** 5月1日(水)～5月24日(金)

**申込方法** 電話または市保健相談センター窓口にて受付(予約制)



問合せ: 健康増進課 ☎898-5583

## 65歳以上の方へお知らせ

### 「はつらつ!ま～さん料理教室」

身近な材料で、いつもと一味違った料理を作ってみませんか? みんなで作って・食べて・元気になる教室です。

**対象** 市内在住の65歳以上の方

1回目	7月10日(水)	10:00～13:00
2回目	7月17日(水)	10:00～13:00

**場所** 中央公民館2階・調理室 **参加費** 無料

**定員** 20名(※申し込み多数の場合は抽選)

**申込期間** 5月27日(月)～6月14日(金)

**申込方法** 電話または窓口受付



### 「がんじゅう広場」～65歳からの健康づくりに最適です～

あなたの肩、腰、膝はがんじゅうですか?いつでも気軽にこし下さい!

**対象** 市内在住65歳以上の方

**内容** 動作法(からだを楽にする方法)

**日時** 平成24年4月5日～平成26年2月28日

(途中参加も大丈夫です)

毎週金曜日 10:00～12:00(9:00受付)

**参加費** 無料

**場所** 老人福祉センター 機能回復訓練室(1階)

申し込み不要。直接、老人福祉センターへお越し下さい。



問合せ: 介護長寿課 長寿支援係 ☎893-4411 内線206

## 健康ガイド (6月)

☆スポレクday 9時30分～12時(受付9時30分～10時)

勤労者体育センター 6日(木)・20日(木) ※室内シューズ持参

☆ウォーキングday 9時～11時30分(受付9時～9時30分)

市役所玄関前 13日(木)

☆水中運動教室 10時～12時

JSSスイミングスクール 4日・11日・18日・25日(毎週火曜日)

☆水中運動教室 13時～15時

宜野湾スイミングスクール 4日・11日・18日・25日(毎週火曜日)

☆健康ステップアップ教室 13時30分～16時

保健相談センター 3日・10日・17日・24日(毎週月曜日)

☆健康相談

保健相談センター 毎週 月・火・金曜日(祝日を除く) 13時～15時

毎週 火・水曜日(祝日を除く) 9時～11時

## がんじゅうアップ教室のご案内 平成25年度 筋力トレーニング教室

いつまでも元気であるために役立つ知識や体操法などを学ぶ高齢者向けの教室を開催します。皆様、ふるってご参加ください。

**対象** ○65歳以上で介護保険認定を受けていない方

○運動制限のない方。

**内容** ○寝たきり予防に役立つお話

○ストレッチやボールを使った体操

(体操を行うので履物はシューズなどをご持参下さい!)

**利用料** 無料(送迎なし) **定員** 15名

**期間** 6月14日から9月6日(毎週金)全12回

**場所** 市老人福祉センター 担当:ふれあい介護センター

**申込期間** 5月22日(水)～6月5日(水)

**申込方法** 介護長寿課 窓口にて受付

※申し込み多数時は抽選を行い、決定者へ通知します。

問合せ: 介護長寿課 長寿支援係 ☎893-4411 内線207



## 子育て・教育のコーナー

## ほっと PHOTO vol.12

**申込方法** 申込用紙に必要事項を記入の上、お子さんの写真をメールまたは直接持参してください。※申込用紙は秘書広報課窓口または市のHPにて配布。詳細は市HPをご覧ください。問合せ: 秘書広報課☎893-4411(内線424) Kikaku02@city.ginowan.okinawa.jp



おのの やまこ 荻野 大和くん 2歳(野嵩)

元気いっぱい ウーマンです!



てる や とわ 照屋 利和くん 2歳(真志喜)



とう りゅうせい 當眞 琉丞くん 4歳

たいせい 大晴くん 1歳(普天間)

外は気持ちいいなあ