

市公式ポータルアプリ「あいかり」配信中

問 広報広聴課(☎62-1001)

- ・自分の選んだ情報だけがプッシュ通知で届く
- ・公共施設や公共施設連絡バス「かりまる」などがマップで探せる
- ・公共施設をお得に利用できるクーポンが使える
他にも便利な機能がたくさん!



ハザードマップも
見ることが
できるよ



女性ホルモンとカラダのトリセツ

市民健康講座

時 1月20日(月) 13時30分～15時

場 総合健康センター
講 永田京子氏(NPO法人ちえぶら代表理事)

対 市内在住の人
80人(先着順)

持 筆記具
他 カンガルールームで1歳以上の未就学児をお預かりします(定員あり)。12月27日(金)までに、保健センターへ。

申 12月5日(木)から、電話(23・8877)で保健センターへ。

集団運動教室

①たのしく筋トレ

時 1月17日～3月6日の金曜日 10時～11時30分(全8回)

内 家庭でできる筋力アップの運動やバランスボール・ゴムチューブなど道具を用いた運動を体験します。

②癒しヨガ

時 1月20日～2月17日の月曜日 10時～11時30分(全5回)

内 陰ヨガを通して、体と心を緩ませ、リラクゼーション効果を実験します。

【共通】

場 総合健康センター

対 市内在住の人(妊娠中は、人のご遠慮ください)
定 各30人

※申込多数の場合は初参加者を優先に抽選し、結果は全員に連絡します。

持 上靴、タオル、飲み物、運動着、②のみヨガマット(お持ちの人)

申 12月17日(火)までに、電話(23・8877)または直接、保健センターへ。

※申込みは1教室のみ
※春・秋コース当選者は、いずれの教室も申込不可
※詳しくは、市HPをご覧ください。



バレティス®

アイリスカルチャークラブ

時 1月16日・30日、2月6日・27日、3月12日・26日の木曜日 10時～11時30分(全6回)

場 総合文化センター
内 クラシックバレエの基礎を用いて、呼吸と動きを同期させ、体幹あるしなやかな体制を目指したトレーニング法です。

講 竹内夏希氏(ヒロ・クロ)

インドールバレエ認定バレティス®トレーナー)
定 20人

※申込多数の場合は抽選とし、結果は全員に連絡します。

申 12月20日(金)(必着)までに、①バレティス®希望、②氏名(フリガナ)・年齢、③郵便番号・住所、④電話番号をハガキまたは直接、総合文化センター(〒448・0858 若松町2・104)へ。

問 総合文化センター(☎21・7430)

催し

いんぎつねと遊ぶクリスマス

時 12月7日(土) 9時30分～12時

場 東部市民館
内 紙芝居、朗読、ビンゴゲーム、菓子のつかみ取り

問 新美南吉と刈谷の会(☎23・1758)



工業高校生ロボット競技大会 ロボラグ2019

時 12月21日(土) 10時～15時50分

場 産業振興センターあいおいホール

内 県内の工業高校生が作ったロボットでラグビーをモチーフにした競技を行います。

◆ものづくり体験教室

時 12月21日(土) 11時～13時 場 産業振興センター401会議室

内 碧南工業高校の生徒たちと一緒に工作します。



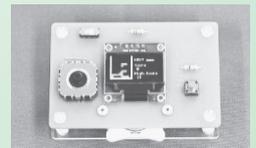
スカイスクルー(ひこうき)

ゴムの力を利用したプロペラ型飛行機を作って飛ばします。



小型ゲーム機(テトリス)

電子部品を自分の手ではんだ付けてゲーム機をつくります。



ペンシルスタンド(ペン立て)

好きな位置に穴をあけて、オリジナルのペン立てをつくります。



サンドブラスト

世界でひとつだけの自分でデザインしたグラスをつくります。



対 小学3年生以下 定 各40組(当日先着順) 問 碧南工業高等学校(☎42-2500)