

## 男性のための栄養教室

**時** 7月10日(火)・13日(金)・20日(金)・27日(金)、8月3日(金) 9時30分～12時(全5回)  
**場** 総合健康センター  
**内** 料理や健康づくりに興味がある人、料理の基本を学びたい人、食について学び、料理をし、楽しくおいしい時間を過ごしませんか。

**対** 市内在住で65歳～69歳男性(初参加者)  
**定** 30人  
 ※申込多数の場合は抽選とし、結果は全員に連絡します。  
**持** エプロン、三角巾、タオル、筆記具  
**申** 6月7日(休)までに、電話(23-8877)で保健センターへ。



**子** 子育て講話(市民健康講座)  
**時** 6月14日(休) 10時～11時  
**場** 総合健康センター  
**講** 橋本淳恵氏(臨床心理士)、鈴木京子氏(保育士)  
**対** 29年6月～30年1月生まれの子どもと保護者  
**定** 30人(先着順)  
**申** 6月1日(金)8時30分から、電話(23-8877)で保健センターへ。

### 子どもの成長に合わせて楽しむ親子遊び

**時** 6月5日・19日、7月3日・10日の火曜日 10時30分～11時30分(全4回)  
**場** なのはな児童館  
**内** 本格オイルマッサージやふれあい遊びなど  
**対** 1～8か月の子どもと親  
**定** 20組(先着順)  
**持** 1回500円  
**申** 5月28日(月)9時から、電話(24-5860)でなのはな児童館へ。

## 子育て

### ベビーマッサージ

## 子育て講座

### 子どもにとっての絵本

**時** 6月26日(火) 10時～11時30分  
**場** 南部子育て支援センター  
**講** 清水美智子氏(子どもとことばの文化研究会代表)  
**対** 27年4月～29年10月生まれの就園前の子を持つ親  
**定** 30人  
 ※申込多数の場合は抽選 ※託児あり  
**申** 5月29日(火)までに、電話(63-5881)または直接、南部子育て支援センター(休日曜)へ。  
**時** 6月29日(金) 10時～11時30分  
**場** 中央子育て支援センター  
**講** 石橋尚子氏(椋山学園大学教授)  
**対** 27年6月～28年11月生まれの子どもを持つ親  
**定** 40人  
 ※申込多数の場合は抽選 ※託児あり  
**申** 5月29日(火)までに、電話(61-2719)または直接、中央子育て支援センター(休日曜)へ。



## 福祉・健康

**世界一受けたい大腸がんセミナー**  
 ～早期発見でこんなに変わるこれからのあなたの人生～

**時** 6月16日(土) 10時30分～12時  
**場** 刈谷豊田総合病院第1会議室(診療棟5階)  
**講** 小林建司(医師)  
**申** 事前申込不要  
**問** 刈谷豊田総合病院広報グループ(☎25-9215)

### 2日間限定! 託児付げんき度測定

自分の健康度を知っていますか。げんき度測定で自分を知って、健康づくりに役立てましょう。  
**時** 7月10日(火)・12日(休) 9時15分～12時  
**場** げんきプラザ(総合健康センター3階)  
**内** 問診、食事・身体・体力チェック、結果説明  
**定** 各5人(先着順)  
**持** 500円  
**他** カンガールームで1歳以上の未就学児をお預かりします。  
**申** 5月18日(金)から6月18日(月)までに、電話(23-8878)でげんきプラザへ。

## 認知症家族支援プログラム

認知症介護に携わる人たちの実践に基づいた講義と交流会です。仲間づくり、個別相談など、それぞれの家族に合わせてサポートします。介護における不安・悩みを一緒に解消しましょう。

回	日時	内容
1	7月4日(火) 10時～14時	介護者交流会 ※交流会は6回とも実施
2	8月1日(火) 13時～16時	認知症の基本的な知識の習得
3	9月5日(火) 13時～16時	介護保険や社会資源について
4	10月3日(火) 13時～16時	・介護の仕方と介護者の心を知る ・手帳などの制度について
5	11月7日(火) 13時～16時	認知症の人本人の思いを知り、適切なリハビリについて学ぶ
6	12月5日(火) 13時～16時	医師との関わり方、薬について

**場** 社会教育センター  
**対** 認知症初期から中期(最も介護困難な時期)の人を介護する家族  
**定** 20人  
 ※申込用紙に記載していただく介護状況などを考慮した上で受講者を決定し、結果は全員に連絡します。  
**持** 昼食代(1回のみ)  
**申** 6月15日(金)までに、申込用紙(市役所、各市民センターで配布または市HPからもダウンロード可)を☎(24-2466)、郵送または直接、長寿課(〒448-8501 刈谷市役所)へ。  
**他** この講座は、「NPO法人 HEART TO HEART」と「(公社)認知症の人と家族の会」の協力で開催します。  
**問** 長寿課(☎62-1063)