

## 医療の知恵袋

8月分公開日 8月18日(金)

内「暑い夏 熱中症に気を付けて!」をテーマに刈谷豊田総合病院HPで公開します。

※市民公開講座の代替講座  
執筆 鈴木宏康氏(医師)

問 刈谷豊田総合病院(☎25・8007)

## 精神保健福祉家族教室

◆精神疾患におけるお薬の飲み方や副作用について

時 9月13日(水) 13時30分〜15時30分

講 刈谷病院薬剤科薬剤師

◆精神障害における福祉サービス・制度について知ろう

時 9月28日(木) 10時〜12時

講 相談支援事業所「ひだまり」相談支援専門員

【共通】

場 衣浦東部保健所

対 精神障害者の家族

定 20人(先着順)

申 8月21日(月)から各開催日の1週間前までに、電話(21・9337)で衣浦東部保健所へ。

他 家族の交流会あり。



## アイリスカルチャークラブ

◆ABトレーニング〜バレエ解剖学を基に考案されたトレーニング〜

時 9月14日・21日、10月12日・26日、11月9日・16日の木曜 10時〜11時30分(全6回)

内 フラシックなどの静かな音楽に合わせた動きで骨格や筋肉を整え、軸のあるバランスのとれた体を目指します。

バレエ特有の強い足腰やしなやかな上半身のボディライン、体幹強化や姿勢改善にも効果的。ゆつくりと柔軟性を改善させるため、体が硬い人でも大丈夫です。

講 竹内夏希氏(ABトレーナー)

定 20人

¥ 4800円

◆代謝アップでダイエット! バレトン

時 9月14日・21日、10月5日・19日、11月9日・16日の木曜 13時30分〜15時(全6回)

内 フィットネス・バレエ・ヨガの3つの要素を取り入れたトレーニング。おなか回り、お尻、内ももに効果的。音楽に合わせて楽しくトレーニングをします。

講 森杏菜氏(バレトンインストラクター)

定 25人

¥ 4800円

【共通】

場 総合文化センター

申 8月18日(金)(必着)までに、①希望の講座名、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、✉(mailto:manabi@kita-hanetop.jp)または直接、総合文化センター(〒448・0858 若松町2・104)へ。

※申込多数の場合は抽選し、結果は全員に連絡します。

問 総合文化センター(☎21・7430)



## 洲原温水プール夏祭り

時 8月20日(日) 13時〜16時

場 洲原温水プール

内 ヨーヨーすくい、射的、輪投げほか

問 洲原温水プール(☎36・8122)

## 特別ショー

「忍者がやってくる!」

時 8月19日(土) 11時30分、13時、14時30分(各30分)

場 サイエンスステージ

内 夏の特別企画展「科学ニンジヤ学校」とコラボして、夢と学びの科学体験館に忍者がやってきます。一緒に忍術修行しながら、科学的な知恵から、キャンプなどの野外活

動でも役立つ知恵を楽しく学びます。

問 夢と学びの科学体験館(☎24・0331)

ID 1010724



## 家族で楽しもう! わくわく流しそうめん体験

時 8月27日(日) 10時〜12時

場 刈谷駅北地区地域交流施設(カリコ)、きたくる広場

内 夏の風物詩である流しそうめんを楽しめます。そうめんに合う、つゆや薬味の組合せも学びます。プチ縁日も開催します。

定 12組(先着順)

¥ 1組千円

持 タオル、飲み物、汚れてもいい服装

申 8月7日(月)から18日(金)までに、電話(28・3451)で刈谷駅北地区地域交流施設へ。

## 原爆パネル展

時 8月4日(金)〜15日(火) 9時〜17時(土日祝を除く)

場 市役所7階大会議室C

内 広島・長崎に原爆が投下されてから今年で78年になります。戦争の悲惨さ、原爆の恐ろしさ、平和の尊さを再認識するために原爆パネル展を開催します。

◆平和を願う黙とうのお願い

時 ▼広島原爆投下日時: 8月6日(日) 8時15分 ▼長崎原爆投下日時: 8月9日(水) 11時2分 ▼全国戦没者追悼式: 8月15日(火) 12時

問 総務文書課(☎62・1005)



## 今月の有害鳥駆除

時 8月6日(日) 日の出から10時30分

場 市街地を除く市内

内 農作物食害防止のため、銃による有害鳥駆除を実施します。

問 農政課(☎62・1015)