

ミサガかけっこ教室

時 10月4日(土) ①Aクラス
…9時30分、②Bクラス…11
時、③Cクラス…13時30分(各
60分)

内 元陸上短距離選手から、
走り方やスタートなど、速く
走する方法を学びます。

講 川浪駿氏(JAAL公認ジ
ュニアコーチ)

対 ①③年中児〜小学2年生
②小学3〜6年生

定 ①③各20人、②25人
※申込多数の場合は抽選し、
結果は9月19日(金)に連絡し
ます。

¥ 1500円

持 飲み物、タオル、動きや
すい服装、運動靴

申 9月15日(月)18時までに、
QRで申込み。



他 当選者は9月26日(金)まで
に、費用をパークセンターへ
支払いがない場合はキャンセル
とします。

問 ミサガパーク公園管理
事務所(☎87・4586)

パパママクラス

時 10月6日(月) 9時15分、
13時30分(各2時間30分)

場 総合健康センター
講話、DVD鑑賞、妊婦体験、

沐浴体験

講 助産師、保健師

対 出産予定日が12月〜2月
の初妊婦とパートナー

定 各20組

※申込多数の場合抽選

申 9月9日(火)8時30分
から16日(火)17時15分までに、
または電話(23・8877)
で子育て支援課へ。

ID 1016634

プレサロン

時 10月14日〜11月11日の火
曜 10時〜11時30分(5回の
連続教室)

場 中央子育て支援センター

内 幼児・保育・乳児園の園
長を交えて、入園に向けた生
活習慣や子どもに関する悩み
などを話します。

対 市内在住の令和4年4月
2日〜5年4月1日生まれ
の子の親

※対象児の託児あり

定 18人

※申込多数の場合抽選

申 9月23日(火)までに、QR
で申込み。



問 中央子育て支援センター
(☎61・2719)

赤ちゃんサロン

時 10月14日・28日、11月11
日・25日、12月2日・16日の
火曜 13時30分〜14時30分(連
続教室)

場 中央・南部・北部子育て
支援センター

内 初めての子育てで悩んだ
り迷ったりしている親のおし
やべり会

対 市内在住の令和7年2月
1日〜4月30日生まれの第1
子と親

定 各センター10組

※申込多数の場合抽選

申 9月23日(火)までに、電
話または直接、中央(61・2
719)、南部(63・5881)、
北部(61・9011) 子育て
支援センター(休日曜)へ。

プラネタリウム講演会 「ブラック星博士の 東海征服計画 in刈谷」

時 11月2日(日) 13時30分、
15時30分(各60分)

場 夢と学びの科学体験館

内 ブラック星博士がプラネ
タリウムの征服にやってくる
!デジタル満載の天文講座や
星空クイズを楽しめます。

講 井上毅氏(明石市立天文
科学館)

定 100人(先着順)

¥ ▼大人:500円 ▼小人:300
円

※3歳以下無料

申 9月25日(木)9時から11
月1日(土)17時までに、LINEま
たは電話(24・0311)で夢
と学びの科学体験館へ。

マカロン作りに挑戦しよう

時 11月9日(日) 10時〜13時
30分

場 総合文化センター調理実
習室

講 脇田こゆき氏(ブチネー
ジュ)

対 市内在住の小学生〜高校
生と保護者

定 16組(1組3人まで)

※申込多数の場合は抽選し、
結果は全員に連絡します。

¥ 1800円(保険料込)

持 エプロン、マスク、三角
巾、手拭き、布巾、雑巾、持
ち帰り用容器

申 9月17日(火)(必着)まで
に、講座名、参加者全員の氏
名(フリガナ)・年齢、郵便番
号・住所、電話番号をQRまた
はハガキで生涯学習課(〒448
・8501 刈谷市役所)へ。

問 生涯学習課(☎62・10
36)



福祉・介護

認知症介護家族交流会

時 9月17日(火) 13時30分〜
15時30分

場 社会教育センター

内 介護負担の軽減、安定し
た在宅生活を送るための家族
同士の情報交換や相談

対 認知症の人を介護してい
る家族

¥ 100円

問 長寿課(☎62・1063)

健康・医療

9月は健康増進普及月間

1に運動 2に食事 しまか
り禁煙 良い睡眠・健康寿命
の延伸

健康寿命とは、介護を受け
たり寝たきりになったりせず、
自立した日常生活が送れる期
間です。介護や支援が必要と
なる原因には、運動器の障害

(骨折、転倒、関節疾患)、認
知症、脳血管疾患があります。

人生の最後まで自分の足で歩
く、自分の口で食べるなど、
生き生きとした生活を送るた
めに、運動、食事、喫煙、睡
眠習慣などを見直してみまし
よう。

問 健康推進課(☎23・95
59)