



0・1・2・3歳親子^{ルーム} room
“COCOいく”

①『はじめてくらす(ベビーマッサージ講座)』

とき 平成28年1月14日(木)
午前10時～11時30分
(申し込み期間12月18日(金)
～1月12日(火))

対象 生後1カ月半～ハイハイするまでの赤ちゃんとその保護者

講師 ^{おかもとみゆき}岡本美由貴さん(助産師)

参加費 1,200円(オイル、お茶お菓子代込)

持ち物 バスタオル、水分補給できるもの

②『はじめてのママのための“コアラくらす”』(子育てMa^マmaトーク)

とき 1月15日(金)
午前10時30分～11時30分
(申し込み期間12月14日(月)
～1月14日(木))

対象 生後2カ月～6カ月の赤ちゃんとその保護者

内容 赤ちゃんとの毎日の生活の中で心配な事、不安な事などをママ同士みんなでおし

ゃべりしましょう!子どもの育ちのお話を交えながら絵本やおもちゃの紹介もしていきます。

参加費 500円

【①②共通】

場所 ふらっとHOUSE^{ハウス}
(追分町谷筋37-21)

定員 10組

保育 兄弟の保育1人につき500円

申し込み ^問 NPO法人 亀岡子育てネットワーク

TEL20-1556

(子育て支援課)

かめおかつひろばつどい事業

ところ ふれあいプラザ内ふれあいルーム

《絵本のひろば》

とき 平成28年1月8日(金)
午前10時30分～正午

内容 絵本あそび・絵本相談
テーマ 「むかしばなし」

協力 北川^{きたがわ}チハルさん(絵本作家)

《子育てネットワーク事業 普通救命講習会》

とき 1月22日(金)
午前9時～正午

(午前8時45分から受け付け)
ところ ふれあいプラザ内世代間交流室

内容 普通救命講習会

講師 亀岡消防署救急救命士

定員 20人(申し込みは電話または来館で受け付けます)

託児は3カ月より)

その他 動きやすい服装でお越しください。

^問 (福)亀岡市社会福祉協議会
子育て支援センター

TEL29-2710、FAX29-3666

(子育て支援課)

生活習慣病予防のための料理教室

とき 平成28年1月25日(月)
午前10時～午後3時

ところ ガレリアかめおか1階調理室

対象 市民

内容 講話、調理実習

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル

定員 24人(応募多数の場合は抽選)

参加料 300円

主催 亀岡市食生活改善推進員協議会

申し込み ^問 1月15日(金)

までに、電話またはFAXで、
亀岡市食生活改善推進員協議会
加茂^{かま} TEL・FAX 23-2514

(健康増進課)



スポーツ

^問 市役所3階スポーツ推進課

TEL 25-5055

※体育協会(運動公園体育館内)は火曜日休館

1月度亀岡市民ボウリング大会月例会 参加者募集

とき 平成28年1月8日(金)
午後8時15分集合、
午後8時30分試合開始

ところ アル・プラザボウル(篠町)

対象 どなたでも

種目 個人戦4ゲーム(男女

年齢別ハンディあり)

参加料 2,100円

申し込み 当日受け付け

^問 市ボウリング協会

TEL20-1003、FAX20-7040

生涯スポーツデー

とき 平成28年1月9日(土)
午前9時～正午

ところ 運動公園体育館

対象 市内在住・在勤・在学の人

種目 バドミントン、バスケットボール、卓球、ソフトバレーボール、障がい者スポーツ(卓球バレー)など

参加料 200円(中学生以下、60歳以上は100円・障がいのある人は無料)

その他 用具は貸し出します。

申し込み 当日受け付け

^問 (公財)市体育協会

TEL24-8385、FAX25-5254

ノロウイルスの遺伝子型が変異、流行の恐れあり

～手洗いの徹底や調理器具などの衛生管理に注意しましょう～