

### ゆりかごひろばママ講座

#### ①「一緒にお話しましょう」

と き 11月27日(月)

午前10時30分～正午

講師 岡本美由貴さん(助産師)

内容 産後の体のことや子育てのことなどいろいろお話します。今月のテーマは「睡眠・寝かしつけ」

#### ②「ストレッチ教室」

と き 12月7日(木)

午前10時30分～11時30分

講師 後藤愛さん(健康運動指導士)

内容 ストレッチ体操でフレッシュしましょう。今月のテーマは「フットケア」

#### 【①②共通】

ところ ゆりかごひろば(千歳町)

対象 未就園児とその保護者

参加料 無料

申し込み 当日受け付け

問 NPO法人亀岡子育てネットワーク ゆりかごひろば  
TEL080-3836-8990

(こども未来課)

### かめおっこひろばつどい事業

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 12月8日(金)

午前10時～11時

内容 絵本あそび・絵本相談  
テーマ「うれしいね」

協力 北川チハルさん(絵本作家)

#### 《世代間交流事業・クリスマス会》

と き 12月19日(火)

※今年度は午前の部と午後の部、一家族どちらかのご参加となります。

#### <午前の部>

時間 午前10時～11時

(午前9時40分から受け付け)

内容 ふれあいクリスマスコンサート

協力 ミュージックCOCOさん

定員 50組

#### <午後の部>

時間 午後2時～3時

(午後1時40分から受け付け)

内容 さくらんぼん(スタッフ)と歌おう!踊ろう!

定員 50組

申し込み 11月28日(火)より来館または電話にて次へ

その他 クリスマス会のため、この日は終日一般開放していません。

問 子育て支援センター(ふれあいプラザ内)

TEL29-2710、FAX29-3666

(こども未来課)



**スポーツ**

問 市役所3階スポーツ推進課 TEL25-5055  
※亀岡市体育協会(運動公園体育館内)は火曜日休館

### 第6回初中級者テニス教室

と き 12月6日(水)

午後1時～3時

ところ 運動公園テニスコート

参加料 1人1,000円(当日徴収)

対象 初心者、初・中級レベル(参加者が少ない場合当日参加できます)

申し込み 問 12月4日(月)までに電話またはFAXで亀岡市テニス協会普及部佐藤佳男

TEL・FAX22-8738

### 硬式テニスの試合にチャレンジ!

と き 11月30日(木)

午前9時～11時

※雨天の場合中止

(予備日12月7日(木))

ところ 運動公園テニスコート

対象 大会出場経験のない人

参加料 加盟協会員・学生：600円、一般協会員：700円、非会員：800円

申し込み 問 11月26日(日)までに氏名、電話番号、協会員の有無(有の場合は種別)をFAXまたは電子メールで前川則夫

FAX25-6145

電子メール

perfect-flatserve@docomo.

ne.jp

### 第2回亀岡市長杯ローンボウルズ大会

と き 12月10日(日)

午前9時～午後4時

ところ 京都学園大学体育館・テニスコート

対象 18歳以上

定員 12チーム(3人制、先着順)

※男子のみ、女子のみ(混合可)

参加料 1チーム3,000円(当日徴収)

その他 11月25日(土)午後1時から説明会・講習会を京都学

園大学テニスコートで開催します。

申し込み 問 11月25日(土)から30日(木)までに、FAXまたは電子メールで、氏名、年齢、住所、電話番号を記入の上、京都学園大学 吉中康子

TEL29-2354、FAX29-3655

電子メール

yosinaka@kyotogakuen.

ac.jp

### 12月度亀岡市民ボウリング大会月例会

と き 12月8日(金)

集合：午後8時15分

試合開始：午後8時30分

ところ アル・プラザボウル(篠町)

対象 どなたでも(当日受け付け)

種目 個人戦4ゲーム(男女年齢別ハンディ有り)

参加料 2,000円

問 亀岡市ボウリング協会

TEL20-1003、FAX20-7040

障害者差別解消法の推進で、合理的配慮による思いやりにあふれる社会を目指しましょう