

### 府議会傍聴と京都府立京都学・歴彩館見学会

行政の取り組み、選挙や政治に対する関心と理解を深め、政治をより身近に感じていただくため、「府政を見る会」を実施します。

**と き** 12月11日(月)

午前11時30分～午後5時(予定)

※集合場所は、市役所正面玄関前

**ところ** 京都府庁(京都市上京区)、京都府立京都学・歴彩館(京都市左京区)

**対象** 市内在住の人

**定員** 30人(要申し込み)

**参加料** 無料

**申し込み** 問 11月30日(木)までに、電話で亀岡市選挙管理委員会事務局 TEL25-5057

(選挙管理委員会)

### ばすてるスイーツ(ガレリアかめおか)と、市役所での「ほっとはあと」製品販売会のご案内

障害のある人たちが心を込めて作った商品を販売します。

《ばすてるスイーツ(ガレリアかめおか)》

**と き** 午前10時から午後4時まで(木曜日定休)

**ところ** ガレリアかめおか1階響ホール前

**内容** ロールケーキ、シフォンケーキなどのスイーツとコーヒーなどのドリンクの販売

※喫茶スペースあり

**問** ばすてるスイーツ

TEL090-9617-3259

《市役所での「ほっとはあと」製品販売会》

**と き** 11月28日(火)

午前11時～午後2時

※原則、毎月第4火曜日に開催

**ところ** 市役所1階エントランスホール

**内容** ケーキ・クッキー・あられなどの菓子、パン、漬物、クラフト製品などを販売

**問** 亀岡市障害者就労支援共同センター(第三かめおか作業所

内)TEL21-2275、FAX22-7622  
(障害福祉課)

### 京都府立丹波支援学校「自作農作物・窯業製品の販売会」のご案内

生徒たちが心を込めて作った農作物・窯物の販売会を亀岡市役所で開催します。

**と き** 12月8日(金)

午前11時～午後1時

**ところ** 市役所1階エントランスホール

**内容** 冬野菜・窯業製品の販売(野菜の種類については、天候の影響を受けますので、詳しくは次へ)

**問** 京都府立丹波支援学校  
TEL0771-42-5185(担当:新井)  
(障害福祉課)

### 産後ケア講座

#### 《母乳ケア》

授乳がうまくいかない、母乳が足りているかなど、気になることはありませんか。産後や育児のことなども、気軽におしゃべりしましょう。

**と き** 12月4日(月)

午前10時～正午

**内容** 母乳ケアについての話と交流、身体計測

**講師** 助産師

**定員** 15人(先着順)

**参加料** 無料

**申し込み** 問 11月30日(木)までに電話で 問へ

#### 《ボディケア》

ゆとりある子育て生活はママの元気から。赤ちゃんを大切にするように、ママの心とからだも大切にケアをしていきましょう。

**と き** 12月18日(月)

午前10時～正午

**内容** 《子育て中の肩こりや腰の疲れに》カラダのコリが取れると気持ちもスッキリします。首や肩、背中や腰のケアの体験

**講師** ヨガインストラクター  
**申し込み** 11月27日(月)から12月14日(木)までに電話で 問へ

#### 《共通》

**ところ** 亀岡市保健センター2階(安町)

**対象** おおむね産後4カ月までの人

**定員** 各15人(先着順)

**参加料** 無料

**問** 亀岡市子育て世代包括支援センター BCome(保健センター内) TEL55-9150  
(こども未来課)

### 市立図書館中央館 ブラックパネルシアター「ブレーメンのおんがくたい」

**と き** 12月2日(土)

午前11時～11時45分

(午前10時45分開場)

**ところ** 市立図書館中央館3階会議室

**対象** どなたでも

**内容** ブラックパネルシアター「ブレーメンのおんがくたい」、クリスマスのお話など

**公演者** 夢のひこうせん

**入場料** 無料

**問** 市立図書館中央館(月曜日休館)  
TEL24-4710、FAX25-9395  
(市立図書館)

### 花の木医療福祉センター 第24回地域学習会

**と き** 12月3日(日)

午後1時～4時

**ところ** 花ノ木医療福祉センター2階多目的室

**講演** 自閉症児との関わり～父として、小児科医として～

**講師** 松井史裕さん(小児科医)

**定員** 80人(先着順)

**参加費** 無料

**申し込み** 問 11月27日(月)までに花ノ木医療福祉センター  
TEL23-0701、FAX22-8365  
(障害福祉課)

インフルエンザの感染を予防しましょう

～うがい、手洗いを行う 睡眠、栄養をとる 室内は適度な温度と湿度を保つ～