

亀岡子育てネットワークの事業

《ゆりかごひろばママ講座》 「ストレッチ教室」

とき 3月11日 (木)
午前10時20分～10時50分
午前11時～11時30分
講師 後藤愛さん(健康運動指導士)
内容 ストレッチでリフレッシュしましょう。
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
定員 各3人(要申し込み)
申し込み 問 3月4日(木)から電話
または直接NPO法人亀岡子育て
ネットワークゆりかごひろば
TEL 080-3836-8990
《0歳1歳のための親子Room
“COCOいく”》
①「はじめてくらす(ベビーマッサージ&助産師さんと話そう)」
とき 3月19日(金)

午前10時～11時
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
内容 ベビーマッサージをしながら、産後の体のことや子育てのこと、子どもの発達のことなど気になることを聞けます。
講師 岡本美由貴さん(助産師)
参加費 1,200円(オイル・お菓子代込み)
持ち物 バスタオル・水分補給できるもの
定員 8組
②「きつねくらす2」
とき 3月15日(月)
午前10時～11時
対象 令和元年9月～12月生まれの親子
③「きつねくらす1」
とき 3月16日(火)
午前10時～11時
対象 令和元年6月～9月生まれの親子
<②③共通>

内容 子どもの成長に合わせた親子のふれあい遊びと子どもの育ちのお話。成長のアルバム作りなど。
定員 7組
参加費 1回1,000円
持ち物 水分補給できるもの
<①②③共通>
ところ ふらっとHOUSE(追分町)
保育 兄弟姉妹の保育1人につき500円(生後6カ月～未就学児)
申し込み 問 NPO法人亀岡子育てネットワーク TEL 20-1556
(子育て支援課)



スポーツ
問 市役所5階 生涯スポーツ課
TEL 25-5055
亀岡市スポーツ協会(運動公園体育館内)は火曜日・祝休日休業

五年記念!!牛松山登山 干支登山してみませんか!?

とき 3月27日(土)
午前8時30分～正午
(午前8時～8時20分受け付け)
(雨天中止)
ところ 牛松山(標高636m)
※保津大橋左岸下集合
対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上(小学生は保護者同伴)
※新型コロナウイルス感染症対策を遵守できる人
定員 30人(要申し込み)
※最少催行人数10人
参加料 500円(当日徴収)
その他 山登りができる服装、水筒
申し込み 問 3月21日(日)までに、氏名(フリガナ)・電話番号・年

齢を、電話・FAXまたは電子メールで次へ
(公財)亀岡市スポーツ協会
TEL 24-8385 FAX 25-5254
(午前8時30分～午後5時、火曜日・祝休日休業)
info@kameoka-sports.jp

問 (公財)亀岡市スポーツ協会
TEL 24-8385 FAX 25-5254
(午前8時30分～午後5時、火曜日・祝休日休業)

生涯スポーツデー

とき 3月13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 小・中学生：100円、高校生・60歳以上：200円、一般：300円(幼児・障がいのある人は無料)
申し込み 当日受け付け
※新型コロナウイルス感染症対策を遵守できる人

亀岡テニス交流大会

とき 3月21日(日)
午前9時～午後5時(雨天中止)
ところ 運動公園テニスコート
対象 会員ならびに経験者ならどなたでも
※新型コロナウイルス感染症対策を遵守できる人
種目 男・女ダブルス(ミックスによるチーム対抗リーグ戦)
参加料 一般：1,300円、会員1,000円(当日徴収)
申し込み 問 3月14日(日)までに電話またはFAXで次へ
亀岡市テニス協会普及部 佐藤
TEL FAX 22-8738
※参加状況はブログに掲載します。
HP <http://blog.goo.ne.jp/sagano50/>