



健康プラザわくわくランド 10・11月の催し

⇒健康プラザわくわくランド(TEL783-1126・FAX726-7657)

①ヨガ&ピラティス

▶とき 11月22日～12月13日の毎週月曜日(全4回)午前11時～正午 ▶定員 20人 ▶内容 体の中心を意識しながら、やさしい筋力トレーニングを行い、しなやかなボディを目指す

②アクアビクス

▶とき 11月30日～12月21日の毎週火曜日(全4回)午前11時～同50分 ▶定員 20人 ▶内容 水の抵抗でしっかり動いて脂肪燃焼や体力アップを目指す

③水泳教室～クロール編～

▶とき 11月30日～12月21日の毎週火曜日(全4回)午後1時～同50分 ▶定員 15人 ▶内容 クロール泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人でも参加できます。

④和のフィットネス(NOSS)

▶とき 11月25日～12月16日の毎週木曜日(全4回)午後1時～2時 ▶定員 15人 ▶内容 NOSS(日本おどリス

ポーツサイエンス)とは日本舞踊の動きを使った健康体操 ※ゆったりとした動きで行います。

【①～④共通】

▶対象 中学生以下を除く ▶参加費 入館料だけ ▶申し込み 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、受講希望教室(1教室1人1枚)を記入して、11月1日(月)まで(必着)に健康プラザわくわくランド教室係(〒362-0057西貝塚17-1)へ ※応募者多数の場合は抽選です。

10月の休館日/毎週水曜日、開館時間/午前10時～午後9時

※11月4日(木)～17日(水)は、施設設備点検のため休館します。

ご利用ください! 市内循環バス“ぐるっとくん”平方循環・東西循環で「わくわくランド」下車

児童館アップピーランド 10・11月の催し

⇒児童館アップピーランド(TEL779-7030・FAX772-7972)

①にこにこひろば

▶とき 10月4日・11月8日(月)午前11時～同30分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 2歳児

②よちよちひろば

(1)▶とき 10月7日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 テーマ「スキンシップ」 ▶対象 0～1歳6カ月

(2)▶とき 11月4日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 保健師による「小児の事故と安全対策」 ▶対象 0～1歳6カ月

③育児のあれこれ おしゃべりほっとタイム

▶とき 10月8日(金)午前10時30分～11時30分 ▶内容 アドバイザーや保護者同士で、育児についてグループで話し合いをする ▶対象 0歳児

④つくってあそぼう

▶とき 10月16日(土)午後2時～3時 ▶内容 身近な素材を使って作る ▶対象 小学生

⑤わんぱくひろば

▶とき 10月18日(月)午前11時～同30分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 3歳児

⑥体験トランポリン教室

▶とき 10月23日(土)午前9時20分～正午 ▶内容 トランポリン講師による指導、6人ずつ20分交代で楽しむ ▶対象 3歳児以上 ▶定員 48人(当日、先着順に整理券配布)

⑦おはなし会

▶とき 10月23日(土)午後1時30分～2時 ▶内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

⑧スポーツ大会

▶とき 10月24日(日)午後2時～4時 ▶内容 小学生を

対象に、記録を取りながら、いろいろなスポーツを楽しむ

⑨おもちゃの病院

▶とき 10月24日(日)午後1時～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの修理(テレビゲーム類とぬいぐるみなどの繕い物を除く) ▶費用 部品交換などが必要な場合は実費

⑩のびのびひろば

▶とき 10月25日(月)午前11時～同30分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 1歳児

⑪造形クラブ

▶とき 10月30日(土)午後2時～3時 ▶内容 卵の殻を使ったフォトフレームを作る ▶対象 小学生

【①～⑪共通】

▶申し込み 当日、直接会場へ ▶ところ 当日、直接児童館アップピーランドへ

⑫のびのびアートの日

▶とき 10月14日(木)午前10時30分～11時15分 ▼内容 絵の具を使ったお絵描き ▶対象 2歳児以上

⑬折り紙教室

▶とき 10月23日(土)午後2時～ ▶内容 小物入れを折る ▶定員 市内に在住の幼児以上 ▶定員 30人(先着順)

【⑫・⑬共通】

▶申し込み 10月5日(火)午前9時から直接または電話で児童館アップピーランドへ

※毎週定期的に行う事業は、直接会場でご確認ください。

10月の休館日/19日(火)、開館時間/午前9時～午後6時

ご利用ください! 市内循環バス“ぐるっとくん”原市・上平循環で「アップピーランド」下車



自然学習館 10月の催し

⇒自然学習館 (☎780-1030・☎726-7901)

①自然学習教室

～ペットボトルで魚とり～

▶とき 10月9日(土)午前9時30分～正午(雨天決行) ▶内容 ペットボトルで仕掛けを作り、池にいる生き物を採集・観察する ▶定員 12組 ▶参加費 無料 ▶持ち物 2ℓのペットボトル(四角で無色透明のもの)、筆記用具
～どんぐりを観察しよう～

▶とき 10月24日(日)午前9時30分～正午(雨天決行) ▶内容 木の実や落ち葉を見ながら拾い集め、それを使ってどんぐりカレンダーを作る ▶定員 12組 ▶参加費 無料 ▶持ち物 筆記用具(雨天の場合は雨具)

②天文・科学教室

～月面散歩・月を研究しよう～

▶とき 10月17日(日)午後2時～3時30分 ▶定員 20人 ▶内容 月の地名やアポロ11号の話 ▶参加費 無料 ▶持ち物 筆記用具 ▶対象 小学4年生以上

【①②共通】

▶ところ 自然学習館 ▶申し込み 10月1日(金)から直接または電話で自然学習館へ ※先着順です。

※自然観察会・太陽の観察会(毎週土・日曜日、祝日開催)、天体観望会(毎週土曜日開催)について詳しくは、直接または電話でご確認ください。

ご利用ください! 市内循環バス「ぐるっとくん」平方循環で「自然学習館」下車

児童館こどもの城 10月の催し

⇒児童館こどもの城 (☎783-0888・☎781-4466)

①おはなし会

▶とき 10月2日(土)午後1時30分～2時 ▶内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

②おしゃべりサロン

▶とき 10月5日(火)午前11時～同30分 ▶内容 友達づくりや子育ての情報交換 ▶対象 1歳未満児と保護者

③バドミントンで遊ぼう

▶とき 10月7・21日(木)午後4時～5時 ▶内容 体育遊戯室でバドミントンをして遊ぶ ▶対象 市内に在住の小学3年生以上

④折り紙教室

▶とき 10月9日(土)午後2時～3時30分 ▶内容 「ハロウィン」を折る ▶定員 30人(先着順) ▶対象 市内に在住の人(小学2年生以下は保護者同伴)

⑤おもちゃの病院

▶とき 10月10日(日)午後1時～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの修理(テレビゲーム類やぬいぐるみなどの縫い物を除く) ▶費用 部品交換などが必要な場合は実費

⑥にこにこタッチ

▶とき 10月12日(火)午前11時～同30分 ▶内容 友達づくりや親子遊び ▶対象 市内に在住の1歳児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑦体験トランポリン教室

▶とき 10月16日(土)午前9時20分～正午(9時5分から整理券を配布) ▶内容 トランポリン講師による指導、7人ずつ20分交代 ▶対象 3歳児以上小学生以下 ▶定員 56人(先着順)

⑧キッズ工作

▶とき 10月16日(土)午後2時～3時30分 ▶内容 紙バンドで小物入れを作る ▶対象 市内に在住の小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 20人(先着順)

⑨わくわく工作

▶とき 10月17日(日)①午前11時～正午②午後2時30分～3時30分 ▶内容 牛乳パックで小物入れを作る ▶対象 市内に在住の3歳児以上(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 各回24人(先着順)

⑩にこにこピョン

▶とき 10月19日(火)午前11時～同30分 ▶内容 親子遊

び ▶対象 市内に在住の2歳児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑪やぎさん一座の手づくり紙芝居

▶とき 10月20日(水)午後2時～同30分

⑫にこにこジャンプ

▶とき 10月25日(月)午前11時～同30分 ▶内容 親子運動遊び ▶対象 市内に在住の3・4歳の未就園児と保護者 ▶定員 30組(先着順)

⑬おはなしの城

▶とき 10月26日(火)午前11時～同30分 ▶内容 紙芝居やパネルシアター

【①～⑬共通】

▶申し込み 当日、直接会場へ ▶ところ 当日、直接児童館こどもの城で確認を

※毎週定期的に行う事業は、直接会場でご確認ください。※駐車台数に限りがありますので、来館はなるべく市内循環バスなどをご利用ください。

10月の休館日/14日(木)・27日(水・館内消毒)・28日(木)、開館時間/午前9時～午後6時

ご利用ください! 市内循環バス「ぐるっとくん」平方循環で「こどもの城」下車

4周年特別企画

①和太鼓の演奏ライブ

▶とき 10月11日(祝)午前10時30分～11時30分

▶ところ 体育遊戯室 ▶内容 和太鼓の演奏(グループ「火影」ほか)

②せとちゃんと元気に1、2、3!!

▶とき 10月24日(日)午前10時30分～11時30分 ▶

ところ 体育遊戯室 ▶指導 瀬戸口清文さん(大妻女子大学家政学部児童学科教授) ▶内容 NHKテレビ「おかあさんといっしょ」8代目たいそうのおにいさんと一緒に歌ったり踊ったりして遊ぶ ▶

対象 市内に在住の2歳～未就学児と保護者 ▶定員 150組(先着順) ▶申し込み 10月5日(火)午前9時から直接または電話で児童館こどもの城へ