

Kosodate Navi

子育て



いづれも参加無料です

棚尾児童センター 問 ☎090(2572)0892

### わくわくタイム ラララ♪ひなまつり

みんなでひな祭りをお祝いしましょう。

とき 3月3日(水) 10時30分～11時

ところ 棚尾児童センター

対象 市内在住の乳幼児親子

定員 20組

申込み 2月24日(水)10時より

電話で棚尾児童センター



### ベビーケア&マッサージ

赤ちゃん和妈妈のほっこりプログラムです。

とき 3月11日(木) 13時30分～14時30分

ところ 棚尾児童センター

対象 市内在住の生後3か月～8か月の親子

定員 6組(先着順)

申込み 3月4日(木)10時より

電話または直接棚尾児童センター



東部児童センター 問 ☎(93)1195

### ちびっこたいむ

絵本の読み聞かせと季節の体操をします。

とき 2月16日(火)、18日(木)、25日(木) 11時10分～11時20分

ところ 東部児童センター

対象 未就園児親子 申込み 不要



ららくるにしばた子育て支援センター 問 ☎(43)3434

### ママの産後ケア

ヨガやピラティス、筋コンディショニングで産後の機能回復をしましょう。

とき 3月5日(金)、19日(金) 10時15分～11時(全2回)

ところ ららくるにしばた

講師 杉浦秀美氏

対象 1歳誕生月までの子の母親

定員 6人(先着順)

申込み 2月22日(月)9時30分よりららくるにしばた

※22日(月)は電話でのみ受け付けます。なお2回すべてに参加できなくても申し込み可能です。

### ららくるひろば

とき 3月11日(木) 10時30分～11時

ところ ららくるにしばた

講師 神谷文江氏

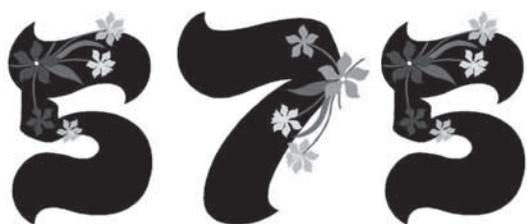
内容 お箏コンサート

対象 未就園児と保護者

定員 6組(先着順)

申込み 2月25日(木)9時30分よりららくるにしばた

※25日(木)は電話でのみ受け付けます。



## で交わす夫婦の会話

夫婦が日ごろそれぞれ抱いている思いや本音を、575を通じて伝える機会として川柳を募集し、今年度は847点の応募がありました。そのなかから特選1点、入選6点を決定しました。また、特選・入選作品を含む約100点を作品集にし、市内一部の公共施設や地域協働課窓口で配布しています。市ホームページでも見ることができます。

### 特選作品

妻 三輪車 孫が乗ったと 動画見る  
夫 コロナ禍で ラインつなげる 三世代

## 男女共同参画推進委員会の委員を募集します

月に1回程度の委員会開催をはじめ、事業の企画・運営、各種イベントに参加し、啓発活動を行っています。次代を担う子どもたちの育成を中心に、性別や立場にかかわらず、それぞれが個性を生かして1人ひとりを大切にしながら支え合う社会づくりを目指して活動してみませんか。



任期 4月～令和4年3月

対象 18歳以上の人(高校生を除く)

募集人員 15人程度(応募者多数の場合は市で選考)

申込み 3月19日(金)までに①氏名②生年月日③性別

④住所⑤電話番号⑥職業⑦活動経験などを記入し、

郵送・FAX・メール・直接のいずれかで地域協働

課内男女共同参画推進委員会事務局

〒447-8601 松本町28 FAX(41)5412

☒tiikika@city.hekinan.lg.jp ☎(95)9872