

子育て応援ニュース

1歳児教室 「1歳ちゃん♪集まれ〜!」

1歳児の特徴、生活リズム、卒乳、1歳からの食事、遊び方、事故予防などについて話します。

日時 8月27日(火)午前10時〜正午 ※10時から順番に身長・体重を測り、手型・足型をとりまします。

会場 保健センター 対象 市内在住の1歳から1歳2か月になるお子さんとその保護者

※初めて参加する方に限ります。 ※対象のお子さんのみ参加できません。兄弟姉妹などの参加はできません。

定員 20人(先着順) 持ち物 母子健康手帳 申込み・問合せ 電話または直接子育て相談課相談係(保健センター内) 693へ



あそびのポケット

児童館の遊びクリエイターと一緒に体操や手遊び・工作などをして遊びます。

Table with 2 columns: 日程, 会場. Rows: 9月11日(水) 西児童館, 9月24日(火) 東児童館, 9月26日(木) 中央児童館

対象 満2歳以上の幼児とその保護者 ※時間は各日午前11時〜11時40分

こぐまひろば

親子で一緒に楽しみながら、子ども同士で友だちを作ったり、親子の交流を図ることもできます。

Table with 2 columns: 日程, 会場. Rows: 9月5日(木) 中央児童館, 9月17日(火) 東児童館, 9月18日(水) 西児童館

対象 9か月〜2歳未満の乳幼児とその保護者 ※時間は各日午前10時30分〜11時10分

わんわんひろば

手遊びや歌・体操を通して親子の触れ合いを楽しみながら、子育て仲間を作りませんか

日時 9月12日(木)午前10時30分

11時10分

会場 中央児童館

対象 8か月までの乳児とその保護者

あそびのポケット・こぐまひろば・わんわんひろばの問合せ

中央児童館 ☎55414552 西児童館 ☎55417578 東児童館 ☎57017751

フッ素イオン導入

歯にフッ素イオンをしみ込ませてむし歯になりにくくします。

※申込用紙のない方は、当日保健センターで記入してください。

※必ず保護者同伴で、直接会場までお越しください。

※駐車場に限りがあります。なるべく徒歩か自転車でお越しください。

日時 9月5日(木)、7日(土)、9日(月)〜12日(木)各日午前9時15分〜10時30分 ※9月7日(土)は、小学生が対象となり混雑が予想されます。

児童扶養手当などの現況届の提出を忘れず!

児童扶養手当、ひとり親家庭等医療費助成、特別児童扶養手当を受給している方へ、現況届を送付しました。まだ提出していない方は提出してください。

※現況届の提出がないと、資格継続の審査ができないため、手当の支給や医療証の発行ができません。

問合せ 子育て支援課支援係 ☎237



講座

初心者講座「アレンジ自在!多肉植物寄せ植え講座」



かわいらしく、その手軽さが人気を集めている多肉植物を寄せ植えして、世界で一つ自分だけのアレンジを楽しめます。

多肉植物の種類や管理の仕方、寄せ植えのコツをお伝えします。

日時 9月14日(土)・21日(土)各日午後2時〜4時 会場 ゆとろぎ3階創作室1

対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上で2日間とも参加できる方

定員 15人(申込多数の場合は抽選) 費用 1000円(材料費、全2回分) 講師 橋爪葉子さん(日本多肉クラフト協会所属) 申込み 9月2日(月)の午後5時までに、電話、ファクス、Eメールまたは直接生涯学習総務課生涯学習推進係 ☎363 FAX 57810131

☎5703000@city.hamura.tokyo.jp

※ファクス、Eメールで申し込む場合は、件名に「初心者講座」と記入し、「氏名・住所・電話番号」を記載してください。

からだにやさしい塩のとりかた講座〜高血圧予防〜

「高血圧でなければ塩分は気にしなくてもいい?」「暑い日は塩を多くとったほうがいい?」「薄味が気にならない減塩の方法は?」など、健康と塩の関係を解説します。講座の後、調理実習も行います。

日時 9月18日(水)午前9時30分〜午後0時30分 会場 保健センター

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 30人(先着順) 費用 300円(材料費) 持ち物 三角巾(バンダナなど)、エプロン、ハンカチ、筆記用具、健康手帳(持っている方) ※みそ汁塩分測定を希望する方は、みそ汁50mlを持参してください。

申込み 8月16日(金)から、電話または直接保健センター ☎625へ

オリ・パラ通信 29 スケートボード



東京2020オリンピック全33競技の中の追加競技紹介第3弾は「スケートボード」です。

スケートボード

前後に車輪がついた板に乗り、ジャンプ、空中動作、回転などの技を行う競技です。1940年代のアメリカ西海岸で木の板に鉄製の車輪を付けて滑った遊びが始まりとされています。1950年代に入り売り出された木の板にゴム製の車輪がついたオモチャが、現在のスケートボードの原型とされています。



スケートボード競技には、「ストリート」と「パーク」の2種類があり、男女別に競技を行います。両種目とも難易度、メイク率(技の成功率)、ルーティーン(技の組み合わせの見せ方)、スピード、オリジナリティなどを総合的に評価する採点競技です。

ストリート 街なかにあるような階段や

手すり、縁石やベンチ、壁や坂道などに似せた直線的な構造物を配置したコースで行われ、構造物を使いながら技を繰り出します。手すりなどを飛び越える際に、スケートボードが足から離れてクルクルと複雑に回転し、それに再び乗るような、バランスコントロールが難しい技ほど難易度が高くなります。

パーク

大きな皿や深いお碗をいくつも組み合わせたような、複雑な形をした窪地状のコースで行われます。直線的なストリートに対して、パークは曲線的な形状となります。曲線的な窪地の底から垂直に近い傾斜を一気に駆け上がり空中へ飛び出す「エアトリック」が特徴です。スリリングな格好良さを披露できるかが見どころです。

競技会場:有明アーバンスポーツパーク

問合せ 東京オリンピック・パラリンピック準備室 ☎345