

観光物産 in みなと敦賀 2018

とき 10/20(土) 10時～17時 10/21(日) 10時～16時
 ところ きらめきみなと館

昨年日本遺産に認定された「北前船寄港地・船主集落」をはじめとした「敦賀の魅力」を再発見できるイベントを開催します。ふぐ鍋や手すき昆布など、敦賀市が誇るグルメが楽しめることはもちろん、敦賀市と関係のある友好市町や全国の特産品・グルメが大集合！皆さんぜひお越しください！



日本遺産「北前船寄港地・船主集落」ミュージアム

北前船の果たした役割や魅力を大型パネルで解説します。

北前船寄港地地酒コーナー

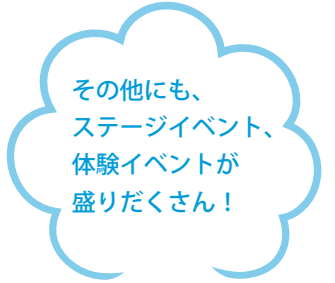
北前船寄港地の地酒が楽しめます。

北前船寄港地グルメコーナー

北前船寄港地のグルメ・スイーツが集結します。

地元&全国物産ブース

敦賀市内の自慢の逸品と、敦賀市と友好関係を持つ市町の特産品が大集合！



問合せ先 つるが観光賑わいづくり検討会(敦賀市観光振興課) ☎ 22 - 8128



催し

プレミアムフライデーコンサート
 コーラスグループ「コスモス」
 ミニコンサート

とき 9月28日(金)
 19時～(18時30分開場)
 ところ プラザ萬象
 料金 無料
 定員 70人程度(申込不要)
 問合せ先 プラザ萬象 ☎ 22・9711

第15回 萩ウォーキング

見頃を迎えた萩の花を見ながらウォーキングを楽しみませんか。

とき 10月6日(土) 10時～12時
 ※受付は9時30分
 ※雨天中止(小雨決行)
 ところ 榊川河川公園(集合・解散)
 参加費 300円(保険料含む)
 ※申込不要
 持ち物 帽子、水筒、雨具など
 問合せ先 つるがまちづくり萩の会(森田) ☎ 23・2081

「#つるがキャンペーン」実施中!

平成31年1月15日(火)まで

敦賀に関する写真や動画を撮って「#つるがキャンペーン」と添えてSNSに投稿すると、抽選で敦賀の特産品などが当たるキャンペーンを実施しています。

応募方法

- SNS (Twitter・Instagramのいずれか) にて公式アカウント (@tsuruga2023) をフォロー
- 敦賀に関する写真や動画を撮影
- 「#つるがキャンペーン」をつけてSNSに投稿
- 当選者には、平成31年1月以降に公式アカウントからメッセージが届きます

*キャンペーンへの参加に当たっては、市ホームページにて応募規約を必ずご確認ください。



← キャンペーン詳細はこちら

問合せ先
 新幹線まちづくり課
 ☎ 22-8241

第58回 いきづく文化を次世代へ 市民文化祭



催事名	開催日	時間	内容	場所
総合展示	10月18日(木)～10月21日(日)	9時～18時 ※最終日16時まで	美術、文学、趣芸、生活文化部門の展示	プラザ萬象
公募ポスター表彰式	10月21日(日)	13時～14時		あいあいプラザ
花とお茶	花展	10月27日(土)、10月28日(日)	体験学習有 ※生花500円	プラザ萬象
	呈茶	10月27日(土)	一席300円	プラザ萬象
	茶席	10月28日(日)	一席300円	プラザ萬象
芸能の祭典	第1ステージ	10月27日(土)	能楽、音楽、舞踊、郷土芸能部門のステージ	市民文化センター
	第2ステージ	10月28日(日)		プラザ萬象能楽堂
	第3ステージ	11月4日(日)		市民文化センター

問合せ先 敦賀市文化協会 ☎ 21 - 2229

イングリッシュ カフェ

とき 10月7日(日) 14時～15時30分
 ところ 福井県国際交流嶺南センター

内容

福井大学留学生とのゲームや会話など(英語で行います)

対象

中学生以上で、簡単な日常会話程度の英語が理解できる方

参加費

無料

定員 20人(要申込・先着順)

問合せ・申込先 福井県国際交流嶺南センター ☎ 21・3455

中池見定例自然観察会

「湿地の水を調べてみよう」

ボートに乗って池の深さを調べたり、池の水をくみ上げて、顕微鏡でプランクトンを観察したりします。

とき 10月14日(日) 10時～12時
 ところ 中池見人と自然のふれあいの里

講師 中部大学教授 村上 哲生氏

対象 どなたでも

※小学生以下は保護者同伴

参加費

200円(小学生以下無料)

準備物

長靴・帽子・雨具・汚れても気にならない服装・ライフジャケット(お持ちの方)

問合せ先

中池見人と自然のふれあいの里 ☎ 20・1110

おちゃっとサロン 韓国

敦賀市の姉妹都市である韓国東海市から来敦している金さんと、そのお友達のお朱さんからお話を聞いてみませんか。(韓国の食べ物や試食などあり)

とき 10月20日(土) 14時～15時30分
 ところ 福井県国際交流嶺南センター

ゲスト

金子 銀子氏(韓国東海市職員)
 朱 美慶氏(韓国出身)

対象 どなたでも(無料)

定員 20人(要申込・先着順)

問合せ・申込先 福井県国際交流嶺南センター ☎ 21・3455

催し

看護大学健康講座

とき 10月20日(土) 10時～12時
 ところ 市立看護大学
 内容
 ▶講演(10時～11時)
 「秋に思う、脚と口の健康」
 ▶カフェ
 ▶健康チェック・相談コーナー
 (教員や学生を交えて健康づくりに関する相談などができます)

対象 どなたでも(無料・申込不要)
 問合せ先 市立看護大学 ☎20・5500

看護大学研究報告会

とき 10月20日(土) 18時～21時
 ところ 市立看護大学
 内容
 教員の研究成果報告、医療・看護・保健・福祉などに携わる方の研究・実践報告

対象 どなたでも(無料・申込不要)
 問合せ先 市立看護大学 ☎20・5500

秋の地域運転者講習会

交通安全意識向上のための講習を左記の日程で開催します。運転者の皆さんは必ず受講してください。

とき	ところ
11/13(火)	北公民館
14(水)	東浦公民館
16(金)	東郷公民館
20(火)	愛発公民館
22(木)	中郷公民館
29(木)	西公民館

とき	ところ
10/25(木)	あいあいプラザ
26(金)	あいあいプラザ
11/6(火)	栗野公民館
7(水)	栗野公民館
9(金)	松原公民館

問合せ先 敦賀交通安全協会 ☎25・6386

講座・教室

第1回生涯学習講座

「大きな〇の子育て」
 ～自己肯定感を高めるために～
 自己肯定感とは人が喜びを持って生きていくための心の土台です。この土台を作る子育てのために、大人に求められる大切な心のあり方と納得のスキルについてのお話です。

とき 10月20日(土) 10時～11時30分
 ところ 生涯学習センター
 講師 心理カウンセラー 鈴木るみ子氏

対象 小中学生の保護者および一般
 定員 40人程度(要申込)
 受講料 無料
 申込締切 10月13日(土)
 問合せ・申込先 生涯学習課 ☎25・8318

幕末明治福井150年博リレー講演会
 敦賀市民歴史講座
 「若狭路からみた幕末」
 ～小浜藩、激動政治の渦中へ～
 とき 10月20日(土) 13時20分～
 ところ ニューサンピア敦賀

シイタケの原木作り講座

(全2回)
 とき
 ▼第1回 10月21日(日) 10時～15時
 (木の準備(枝払いなど)、薪割り体験)
 ▼第2回 平成31年3月初旬予定
 ところ 中池見人と自然のふれあいの里

対象 高校生以上の方
 定員 10人
 参加費 500円
 申込締切 10月14日(日)

古紙は大切な資源です。燃やせるごみへ入れずにリサイクルしましょう!

▶ごみ排出量情報◀	
1人1日当たりごみ排出量	
平成30年度7月まで	1,076 g
目標値	963 g
達成状況	113 g超過

問合せ先 環境廃棄物対策課 ☎22-8185

講師・演題

▼元福井県教育研究所長 中島 嘉文氏
 「草莽」志士の先駆者・梅田雲浜
 「志士奔走を支えたもの」
 (公財)宇和島伊達文化保存会 研究員 仙波 ひとみ氏
 「再考 京都所司代時代の酒井忠義」
 薩長中心史観からの脱却に向けて」

定員 200人(当日先着順)
 受講料 無料
 問合せ先 気比史学会(西ノ上) ☎23・7577

ギャラリー 10月

種類	ところ	内容
市民ギャラリー	市役所1階 市民ホール	つるがせいぼくかい 敦賀青墨会 今井 青英氏 『山間に響く水の音』
ギャラリー・ホワイエ	市民文化センター2階	にほんがせいほうかい 日本画成峰会 作品展示

募集!

※参加者にはシイタケの菌打ち済みの原木を差し上げます。
 問合せ・申込先 中池見人と自然のふれあいの里 ☎20・1110

杉箸アカカンバの間引き作業ボランティア募集

敦賀で100年以上前から栽培されている伝統野菜「杉箸アカカンバ」の間引き作業を体験してみませんか。
 とき 10月4日(木) 9時～14時
 ※雨天中止
 ところ 杉箸アカカンバ生産組合農場
 ※市役所から送迎バスを運行(8時30分出発)

対象 中学生以上の方
 定員 30人(先着順)
 申込締切 9月27日(木)
 問合せ・申込先 農林水産振興課 ☎22・8130

納税と納付

納期限 10/1(月)

- 国民健康保険税 (第3期)
- 後期高齢者医療保険料 (第3期)
- 介護保険料(第3期)

第10回敦賀市民健康フォーラム

「年を取ると、どうして唾液が出なくなるのか?」
 とき 10月21日(日) 10時～11時30分
 ところ ニューサンピア敦賀
 講師 大阪大学 大学院歯学研究所 顎口腔機能治療学教室 講師 阪井 丘芳氏
 対象 市民の方(無料・申込不要)
 問合せ先 健康推進課 ☎25・5311

姉妹都市 韓国・東海市の研修職員 金 さんが 敦賀の魅力を紹介します。

メ リョク チョク **매력적 な敦賀 vol.2** (魅力的)

キム ウンジャ **金 銀子 さん**

6月21日から11月19日までの約5か月間、日本語を勉強しながら、人道の港発信室をはじめ、市役所の様々な部署の仕事に携わります。

港まち敦賀のシンボル「敦賀赤レンガ倉庫」

敦賀赤レンガ倉庫は、港まち敦賀の歴史を象徴する建物のひとつで、多くの人が訪れる観光名所です。私も敦賀に来てからの2か月間に、3回行ってきました。夜にはライトアップされ、昼間とは違った雰囲気があるので、いつ訪れても素敵な場所だと思います。また、赤レンガ倉庫前の金ヶ崎緑地にある、船首の形をしたウッドデッキは、絶好の撮影スポットです。ここから海を眺めると、とても爽やかな気分になります。秋風を感じる日にもう一度行ってみたいです。

韓国の友人たちとジオラマを見学しました。

募集!

おしらせ

フォトコンテスト 中秋の氣比神宮を撮ろう!

氣比神宮の秋の魅力を発見できる写真をご応募ください。

応募締切

10月31日(水) (当日消印有効)

応募規格

4つ切りサイズ、A4サイズ

応募方法

写真裏に氏名、住所、電話番号、作品タイトル、作品コメントを記入し応募
※作品は1人2点まで。
※詳細は港都つるが(株)ホームページでご確認ください。

入賞賞品

神楽町1丁目商店街で使用できる商品券

※入賞作品は氣比神宮にて12月下旬〜平成31年1月中旬頃に

展示予定

問合せ・応募先

港都つるが(株)

☎ 20・0015

中池見フォトコンテスト

作品募集中!

中池見の風景や動植物、中池見を楽しむ人やイベントの様子など、記憶にとどめたい、誰かに伝えたいと感じた中池見のワンシーンをぜひ応募ください。

スマートフォンなどで撮影した作品もご応募いただけます。

応募締切 10月31日(水) (必着)

応募方法

中池見人と自然のふれあいの里ホームページから応募票をダウンロードの上、メールアドレスはCD-Rにて応募
※作品は1人5点まで。
※詳細は中池見人と自然のふれあいの里ホームページでご確認ください。

入賞賞品

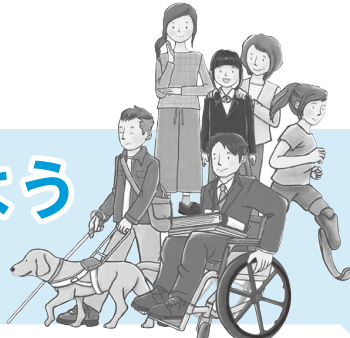
各作品の額装・中池見で収穫された米

問合せ・応募先

中池見人と自然のふれあいの里

☎ 20・1110

私たちにできることって何だろう 共生社会について考えよう



障がいのある人もない人も、お互いに支え合いながら幸せに暮らせる社会を「共生社会」といいます。

9月から始まる「福井しあわせ元気」国体・障スポには、障がいのある方も含めて、多くの方が敦賀を訪れます。訪れた方が、敦賀での滞在を快適に過ごし、まちの魅力を感じてもらうには、市民の皆さん一人ひとりのおもてなしの心と、障がいのある方に対する理解と思いやりが大切です。国体・障スポの開催を機に、共生社会の実現のために、私たちができることを考えましょう。

問合せ先 地域福祉課 ☎ 22-8176

障がいのある人に関するマークを知ろう

ヘルプマーク



義足や内部障害など、外見からわからない障がいのある人や、妊娠初期の方などが周囲に配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

※実際は赤字に白地の十字とハートマーク

障がいのある人などが支援を求めやすい環境を作るために、障がいのある人などに関するマークの種類や意味を知りましょう。市のホームページに主なマーク13種類の説明を掲載しています。

障害者支援マーク 敦賀市 検索

障がいについて理解しよう



障がいは誰にでも生じる可能性のある身近なもので、種類も程度もさまざまです。その人それぞれの特性を理解しようという気持ちが大切です。

困っている人に声をかけよう



周囲で困っている人を見かけたら「何かお手伝いすることはありますか」「ご案内しましょうか」など声をかけましょう。

健康・福祉



敦賀つながりカフェ

認知症や健康に関する相談の場として、気軽に集えるカフェを開催します。

とき 10月18日(木)

13時30分〜15時

(受付 13時15分〜)

ところ アル・プラザ敦賀

内容

▼ミニ講話「認知症の基礎知識」
▼フリートーク、専門スタッフによる個別相談

対象

認知症の方とそのご家族など (無料・申込不要)

問合せ先

長寿健康課 ☎ 22・8181

わたしの「プラス1」を紹介します!

生活に気軽に取り入れる健康習慣を1つ加える「プラス1」運動。毎月、皆さんの「プラス1」を紹介しています。

かわばた はるか 川畑 春香さん、ゆずは 柚葉ちゃん



1歳になったばかりの娘の離乳食作りと身体を鍛えている旦那さんのために、野菜、魚、海藻類、豆類、いも類、きのご類、ごまなどを毎食、少しずつバランスよく取り入れて料理しています。また赤・黄・緑の食品を用いることで栄養素を補い、見た目から食べることの楽しみにもつながるようにしています。

管理栄養士からひとこと

小さい頃の食事は、将来の食事の基礎となります。いろいろな食品を食べて、食事を楽しんでください! 「まごわやさしい」を意識してみると無理なくバランスのよい食事がとれますよ。

※「ま」…豆 「ご」…ごま 「わ」…わかめ 「や」…野菜 「さ」…魚 「し」…しいたけ 「い」…いも

皆さんの「プラス1」を紹介しませんか? 詳しくは、健康推進課(☎ 25-5311)までお気軽にお問合せください。

HIV・肝炎相談検査

HIV・肝炎に関する相談やウイルス検査を行います。

とき 10月3日(水)、17日(水)

受付時間 9時〜10時30分

ところ 二州健康福祉センター

※無料・匿名で受けられます。

(予約制)

問合せ・申込先

二州健康福祉センター

☎ 22・3747

つながる元気体操の会

「一緒に体操やってみよう!」

つながる元気体操は市民の元気づくりを目的とした体操で、転倒予防、腰痛・肩こりの改善、認知症予防などの効果があります。

今回は、体操のほか、栄養士

による認知症予防のための食事

に関する講座も行います。

とき 10月22日(月)

10時30分〜11時50分

※開催時間が通常と異なります

のでご注意ください。

ところ あいあいプラザ

対象

どなたでも (無料・申込不要)

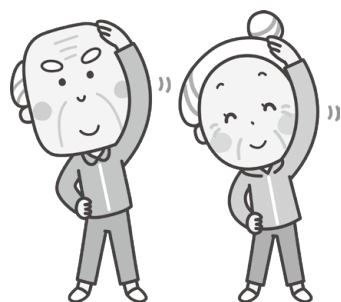
持ち物

フェイスタオル・飲み物

問合せ先

つながる元気体操の会

長寿健康課 ☎ 22・8181



こころの相談日

臨床心理士が相談に応じます。

とき 10月12日(金)、26日(金)

9時30分〜16時15分

ところ 健康センターはびふる

対象 市民の方 (無料)

定員 各日5人 (要申込)

問合せ・申込先

健康推進課 ☎ 25・5311

脳と体のいきいき教室

認知症の正しい知識や予防のための生活習慣を身につけましょう。

とき 11月9日(金)・16日(金)・30日(金)
12月7日(金)・14日(金)
13時30分～15時(全5回)
ところ あいあいプラザ
内容 認知症に関する基礎知識と予防の話、理学療法士による運動指導など

対象 65歳以上の市民の方
※送迎なし
定員 30人(要申込・先着順)
参加費 無料
申込締切 10月26日(金)
問合せ・申込先 長寿健康課 ☎22・8181



子ども

子どもが守るルールの伝え方セミナー

子どもが守ろうと思えるルールの作り方や伝え方を学びます。
とき 9月30日(日)、
10月14日(日)・28日(日)
9時50分～11時10分
※1回のみの参加も可能
ところ 松原公民館
対象 0～12歳頃までの子を持つ親等(子ども同伴可)

定員 8人(要申込)
料金 1回につき500円
申込締切 各回2日前まで
※定員に達し次第終了
問合せ・申込先

文科省認定家庭教育支援チーム
非営利団体親教育プロセス☆
☎090・7752・7249
✉oyaprocess@gmail.com

くらし

国民健康保険の被保険者証が10月1日から新しくなります

現在使われている国民健康保険被保険者証は、9月30日(日)をもって有効期限(1年更新)が満了となります。
新しい被保険者証は9月中旬に簡易書留郵便で送付します。
※有効期限の切れた被保険者証は回収しません。10月1日(月)以降、各自で処分してください。

問合せ先 国保年金課 ☎22・8119

人権相談日

人権に関するさまざまな相談をお受けしています。

とき 10月12日(金)13時～16時
ところ 三島会館
対象 市民の方(無料)
問合せ・申込先 福井県人権センター
☎0776・29・2111

9月20日から26日は動物愛護週間です

ペットを飼うということは、ペットの命を預かるということ。飼い主は最後まで愛情と責任をもって飼いましょう。



- ▶ ペットの正しい知識を得る
- ▶ 健康管理と繁殖制限措置
- ▶ 必要なしつけ
- ▶ 迷子札と所有者明示
- ▶ 飼い主のマナーと地域社会への気配り

問合せ先 環境廃棄物対策課 ☎22・8121

働く人々の悩みを抱えている若者のための「出張相談会」

とき 10月20日(土)11時30分～16時
(保護者セミナー)
ところ プラザ萬象

市内の測定結果については、福井県原子力環境監視センターのホームページや市役所ロビーのモニタリングデータ表示装置、RCNのデータ放送でリアルタイムに知ることができます。

原子力TOPICS 市内の放射線量について

今回の測定期間では、発電所からの放射性物質の放出による線量上昇は観測されず、環境安全上の問題となる影響は認められませんでした。

◆市内の放射線量は福井県原子力環境監視センターや各事業者が常時監視しています。

観測地点	月間平均線量率			3カ月間の最高値	観測地点	月間平均線量率			3カ月間の最高値
	1月	2月	3月			1月	2月	3月	
白木峠	60.4	51.6	62.9	97.1	水産試験場裏	73.1	68.4	75.8	116.2
白木(公民館東)	64.3	58.5	66.5	104.3	浦底(明神寮下)	54.1	51.1	56.6	94.9
松ヶ崎	63.2	59.5	63.8	96.8	浦底(剣神社西)	71.8	63.5	74.0	105.8
もんじゅ(北東)	63.0	58.6	64.2	93.9	色ヶ浜	77.0	71.1	78.3	111.4
もんじゅ(東南東)	36.9	31.2	38.5	72.5	縄間 ※	—	—	—	—
もんじゅ(南南東)	51.6	43.2	53.3	77.8	敦賀合同庁舎前	60.4	56.4	61.0	97.6
もんじゅ(南西)	44.1	37.9	45.9	69.2	赤崎	48.2	42.9	48.9	78.2
ふげん(北)	60.0	58.1	60.5	94.4	五幡	47.6	44.5	47.3	83.0
ふげん(西)	35.2	32.8	35.9	67.2	阿曾	45.7	38.2	47.0	80.2
立石山頂	69.3	67.1	71.3	100.4	杉津	49.4	42.9	50.3	84.6
立石(八坂神社)	56.4	55.2	57.2	95.9	東郷(咸新小)	59.4	43.5	62.4	101.5
立石(集落入口)	83.2	82.2	84.1	112.1	栗野(黒河小)	64.5	43.1	67.4	110.2
猪ヶ池	71.6	64.5	74.7	127.9	足田(愛発公民館)	70.2	44.9	74.2	111.7

線量率単位: nGy/h(1時間ごとの値)

出典: 福井県環境放射能測定技術会議「原子力発電所周辺の環境放射能調査 平成29年度 第4四半期報告書」

※観測局舎への落雷による機器損傷に伴い、平成29年12月26日からデータが欠測したため、平成29年12月27日から可搬型モニタリングポストで代替測定をしています。測定の結果、放射性物質の放出に起因する線量率上昇は観測されませんでした。

※放射線量の値について

自然環境(土中や大気中)には天然の放射性物質が含まれ、常に放射線を出しています。天然放射性物質の量は地域の地質によって異なるため、放射線量は観測地点により違いがあります。また、降雨などの気象条件によっても変動するため、福井県では概ね20～150nSv/hの範囲で変動するとしています。

また、Gy(グレイ)は物質が放射線を受けて吸収したエネルギーを表す単位で、数値はおおよそSv(シーベルト)と同程度に換算することができます。(1nGy=0.000000001Gy)

○市民原子力研修会 参加者募集

市では、市内にお住まい、または勤務されている方を対象とした「見て・聞いて・体験できる」市民原子力研修会を開催しています。研修内容、日程は希望者と相談の上決定します。皆さんのお申し込みをお待ちしています。

<問合せ・申込先> 原子力安全対策課 ☎22-8113 ✉genan@ton21.ne.jp

中小企業退職金共済制度(中退共)

中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ◆国の制度だから安心。掛金の一部を国が助成します。
- ◆掛金は全額非課税。手数料もかかりません。
- ◆社外積立で管理も簡単。納付状況や退職金試算額を事業主にお知らせします。
- ◆パートタイマーや家族従業員も加入可能。

問合せ先

中小企業退職金共済事業本部 ☎03-6907-1234

対象 15歳～39歳までの就職を希望する無職の方およびそのご家族など
相談員 専門のカウンセラーなど
料金 無料
申込方法 電話にて予約受付
(当日の相談も受け付けます)
問合せ・申込先 ふくい若者サポートステーション
☎0776・21・0311

子育て情報

公立幼稚園一日入園

幼稚園の生活や遊びの様子を見たり体験したりして、入園予定のお子さんの心の準備をしませんか。

《公立幼稚園》

とき	ところ	定員	申込期間
10/12(金) 9:30～11:30	敦賀北幼稚園	20組	10/1(月) ～5(金) 8:30～17:15
10/10(水) 12(金) 9:30～11:30	松陵幼稚園	各35組	

- ▶対象 平成31年度入園を希望する親子 (4・5歳児で初めて幼稚園生活を経験する幼児優先)
- ▶持ち物 水筒、上履き(親子とも)
- ▶敦賀北幼稚園には駐車場がありませんので、敦賀北小学校の駐車場をご利用ください。

【問合せ・申込先】

敦賀北幼稚園 ☎ 22 - 5875 松陵幼稚園 ☎ 25 - 8240

一日体験保育

保育園にいてみませんか。お子さんと遊んだり、園の様子を見ることが出来ます。

- ▶対象 未就園児の親子
- ▶定員 各園10組(初めての方優先)

《公立保育園》		《私立保育園》	
とき	ところ	とき	ところ
10/3(水) 10:00～11:00	つるが保育園	10/11(木) 10:00～11:00	つくしんぼ保育園
10/4(木) 10:00～11:00	櫛川保育園	10/12(金) 10:00～11:00	松原保育園
10/9(火) 10:00～11:00	気比保育園	10/16(火) 10:00～11:00	木崎保育園
10/9(火) 10:00～11:00	東郷保育園	10/19(金) 10:00～11:00	新和さみどり保育園
10/18(木) 10:00～11:00	黒河保育園	10/23(火) 10:00～11:00	松乃栄保育園
10/24(水) 10:00～11:00	粟野保育園	10/26(金) 10:00～11:00	藤ヶ丘保育園
10/25(木) 10:00～11:00	櫛林保育園	10/30(火) 10:00～11:00	中郷西保育園

【問合せ・申込先】 子育て総合支援センター ☎ 22 - 0147

プレママさん、あつまれ！

助産師とともに、妊娠・出産に使う筋肉を考えながら体を動かします。
 とき 10月2日(火) 10時～11時
 ところ およこさきらりんひろば
 ※要申込
 問合せ・申込先
 NPO法人子育てサポートセンター
 きららくらぶ
 およこさきらりんひろば
 ☎ 24・7517

離乳食セミナー

栄養士が離乳食の進め方や簡単な調理法をお話しします。(試食あり)
 とき 10月19日(金) 13時30分～15時
 ところ 健康センターはびふる
 対象 4～5か月児の親子
 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
 定員 30組
 問合せ・申込先
 健康推進課 ☎ 25・5311

ママ・パパぽけっと

(育児不安解消サポート事業)
 臨床心理士やこころの専門医師、保健師などを交えてのフリートーク(個別相談あり)
 とき 10月1日(月) 13時30分～15時
 ところ 二州健康福祉センター
 参加費 無料(要申込)
 問合せ・申込先
 二州健康福祉センター
 ☎ 22・3747

ママパパセミナー

産後の生活について、助産師と一緒に考えてみましょう。赤ちゃんとのふれあい体験や先輩ママとの交流もできます。
 とき 10月11日(木) 13時30分～15時30分
 ところ 子育て総合支援センター
 対象 妊娠中の方とご家族
 持ち物 母子健康手帳
 定員 6組
 ※1人での参加も大歓迎
 問合せ・申込先
 健康推進課 ☎ 25・5311

PaakuPaaku

アレルギーに関する悩みや心配事などについて、情報交換したり、先輩ママのお話を聞いたりしましょう。(申込不要)
 とき 10月22日(月) 10時～11時30分
 ところ およこさきらりんひろば
 問合せ先
 NPO法人子育てサポートセンター
 きららくらぶ
 およこさきらりんひろば
 ☎ 24・7517

ふれあい広場「焼き芋会」

地域の方と一緒に焼き芋やゲームを楽しみましょう。
 とき 10月28日(日) 10時～12時
 ところ 松原児童館
 対象 幼児(保護者同伴)・小学生
 持ち物 水筒・内ズック
 定員 50人(無料・要申込)
 申込方法 電話にて受付
 ※定員に達し次第終了
 問合せ・申込先
 松原児童館 ☎ 23・1521

子育て総合支援センター & 粟野子育て支援センター情報

募集定員のある行事については、市内在住の方が対象です。(定員になり次第締切) 持持ち物

	イベント名	とき	内容	定員・対象	申込み
両センター	パパと遊ぼう	毎週土曜日 8:30～12:30	お父さん、お母さんと一緒に好きな遊びやふれあい遊びを楽しみましょう。 10時45分～手遊び、ふれあい遊び	未就園児の親子	不要
	おはなし玉手箱 絵本にここにこタイム	絵本の読み聞かせや、わらべ歌遊びで、親子の温かい時間を過ごします。 子育て 10月15日(月)「おはなし玉手箱」 粟野 10月26日(金)「絵本にここにこタイム」	未就園児の親子 ▶1歳からの親子 10時～ ▶12か月までの親子 10時30分～	不要	
子育て総合支援センター	子育て基本講座“with ママ” 【福井県出前家庭教師講座 木のおもちゃで遊ぼう】	10/2(火) 10:00～11:00	福井県幼児教育支援センターの家庭教育アドバイザーが、おもちゃの選び方や、木の感触の良さをお話します。	未就園児の親子	不要
	すくすく健康相談	10/11(木)・25(木) 9:00～11:30 13:00～14:30	▶身長、体重の計測 ▶健康や育児に関する相談 午前：保健師・管理栄養士相談 持 母子健康手帳(相談希望の場合)	未就園児の親子	不要
	ベビーすこやかセミナー	10/11(木)・25(木) 13:30～15:00	▶ベビーマッサージ ▶ママ同士の情報交換 ▶母乳や赤ちゃんの相談 講師 助産師等 持 母子健康手帳、バスタオル	平成30年6、7、8月生まれの赤ちゃん和妈妈15組 (妊婦さんの見学可)	電話または窓口で受付
	ほほえみひろば	10/16(火) 10:00～11:00	運動遊具や手作りおもちゃなどで、楽しく身体・手指を使って遊べる広場です。	未就園児の親子	不要
	子育て基本講座“with ママ” 【敦賀病院出前講座 肩こり・腰痛のストレッチ講座】	10/23(火) 10:00～11:00	子育て中のママの疲労予防に、肩や腰などのストレッチ体操を行います。 講師 市立敦賀病院 理学療法士 いしじま めぐみ 石嶋 恵氏 持 フェイスタオル、動きやすい服装	未就園児の親子 20組	10/9(火)～ 電話または窓口で受付
粟野子育て支援センター	子育て基本講座“ママナビ” 【食育講座3 離乳食作りの基礎】	10/4(木) 10:00～11:00	バランスのとれた離乳食についてお話しします。 講師 管理栄養士	未就園児の親子 20組	9/25(火)～ 電話または窓口で受付
	子育て基本講座“ママナビ” 【子どもの発達について】	10/18(木) 10:00～11:00	子育てや育児支援についてお話しします。 講師 子ども発達支援センター パラレル 児童発達支援管理責任者 しまだ さおり 島田 佐織氏	未就園児の親子 20組	10/4(木)～ 電話または窓口で受付
	計測ぐんぐん	10/1(月)・29(月) 9:00～11:30 13:00～14:30	▶身長、体重の計測 ▶健康や育児に関する相談 午前：保健師・管理栄養士相談 持 母子健康手帳(相談希望の場合)	未就園児の親子	不要

【問合せ・申込先】 子育て総合支援センター ☎ 22 - 0147 粟野子育て支援センター ☎ 25 - 5647