



児童館アッピーランド 1月の催し

⇒児童館アッピーランド(☎779-7030・☎772-7972)

①つくってあそぼう

▶とき 1月7日(土)午後2～3時 ▶内容 たこ作り
▶対象 幼児～小学生

②かるた大会

▶とき 1月9日(祝)午後2～3時 ▶内容 かるたを楽しむ ▶対象 小学生

③育児のあれこれおしゃべりほっとタイム

▶とき 1月10日(火)午前10時30分～11時30分 ▶内容 アドバイザーや保護者同士の情報交換 ▶対象 0～1歳児

④ビデオ上映会

▶とき 1月14日(土)①午前11時～②午後2時～ ▶内容 物語や昔話の上映会 ▶対象 乳幼児～小学生

⑤シュッポの部屋

▶とき 1月15日(日)午後2～4時 ▶内容 電車のおもちゃで遊ぶ ▶対象 乳幼児～小学生

⑥わんぱくひろば

▶とき 1月16日(月)午前11時10分～同50分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 3歳児

⑦よちよちひろば

▶とき 1月19日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 絵本の紹介、読み聞かせ ▶対象 0～1歳6カ月児

⑧おはなし会

▶とき 1月21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 ▶対象 幼児～小学生

⑨おもちゃの病院

▶とき 1月22日(日)午後1～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの修理(テレビゲーム類と縫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にこにこひろば

▶とき 1月23日(月)午前11時10分～同50分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 2歳児

⑪けん玉の日

▶とき 1月24日(火)午後4～5時 ▶内容 けん玉を楽しむ ▶対象 小学生

⑫よちよちひろば

▶とき 1月26日(木)午前10時30分～11時30分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 0歳児

⑬体験トランポリン教室

▶とき 1月28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 ▶対象 3歳児～小学生 ▶定員 48人(当日、先着順に整理券を配布)

⑭こままわし大会

▶とき 1月8日(日)午後2～3時 ▶対象 小学生

⑮のびのびひろば

▶とき 1月30日(月)午前11時10分～同50分 ▶内容 音楽に親しむ ▶対象 1歳児

【①～⑮共通】

▶申し込み 当日、直接会場へ ▶ところ 当日、直接児童館アッピーランドへ

⑯のびのびアートの日

▶とき 1月10日(火)午前10時30分～11時15分 ▶内容 絵の具を使った絵画 ▶対象 2歳児以上

⑰造形クラブ

▶とき 1月21日(土)午後2～3時 ▶内容 スチレン版画 ▶対象 小学生 ▶定員 30人(先着順)

⑱おりがみ教室

▶とき 1月28日(土)午後2～3時 ▶内容 「だるま」を折る ▶対象 市内に在住の人 ▶定員 30人(先着順)

⑲手芸の日

▶とき 1月29日(日)午後2～3時 ▶内容 手芸を楽しむ ▶対象 小学生

【⑯～⑲共通】

▶申し込み 1月5日(木)午前9時から直接または電話で児童館アッピーランドへ

⑳親子で楽しくリトミック

▶とき 1月24日～3月6日(2月21日を除く)の毎週火曜日(全6回)午前11時～正午 ▶対象 市内に在住の2歳6カ月児以上 ※前回参加した人は申し込みません。 ▶定員 25組(先着順) ▶申し込み 1月10日(火)午前9時から直接または電話で児童館アッピーランドへ

1月休館日/1日(祝)～3日(火)、17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「アッピーランド」下車

自然学習館 1月の催し

⇒自然学習館(☎780-1030・☎726-7901)

①自然学習教室 ～野鳥観察入門～

▶とき 1月22日(日)午前9時30分～正午(小雨決行) ▶ところ 上尾丸山公園、工作実験室 ▶内容 ジョウビタキやツグミなど冬鳥を中心に公園の鳥を観察する ▶対象 小学生以上 ▶定員 20人(先着順) ▶参加費 無料 ▶持ち物 双眼鏡(貸し出しあり)、筆記用具 ▶申し込み 1月5日(木)から直接または電話で自然学習館へ

②体験もの作り教室 ～藍染め(カフェエプロン)～

▶とき 1月26日(木)午前9時30分～正午 ▶ところ 多目的室 ▶内容 徳島の藍でカフェエプロンを染める ▶定員 15人(先着順) ▶参加費 2,300円 ▶持ち物 エプロン、ゴム手袋、使用済みタオル ▶申し込み 1月5

日(木)から参加費を用意して、直接自然学習館へ

③天文・科学教室 ～旧暦カレンダーを作ろう～

▶とき 1月15日(日)午後2時～3時30分 ▶ところ 多目的室 ▶内容 暦の成り立ちや歴史を学び、旧暦のカレンダーを作る ▶定員 10人(先着順) ※小学4年生以下は保護者同伴です。 ▶参加費 無料 ▶申し込み 1月5日(木)から直接または電話で自然学習館へ

※自然観察会・太陽の観察会(毎週土・日曜日開催)、天体観望会(毎週土曜日開催)について詳しくは、自然学習館へお問い合わせください。

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 1・2月の催し ⇨児童館こどもの城(☎783-0888・FAX781-4466)

①バドミントンで遊ぼう

▶とき 1月5・19日(木)午後4～5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

②おもちゃの病院

▶とき 1月8日(日)午後1～3時 ▶内容 壊れたおもちゃの修理(テレビゲーム類や縫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

③おしゃべりサロン

▶とき 1月10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

④折り紙教室

▶とき 1月14日(土)午後2時～3時30分 ▶内容 「だるま」を折る ▶対象 市内に在住の人(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 30人(先着順)

⑤わくわく工作

▶とき 1月15日(日)①午前11時～正午②午後2時30分～3時30分 ▶内容 白木の「手よりごま」または「投げごま」に色を塗って遊ぶ ▶対象 市内に在住の4歳児以上(小学2年生以下は保護者同伴) ▶定員 各回20人(先着順) ▶参加費 100円(材料費)



わくわく工作(投げごま)

⑥にこにこタッチ

▶とき 1月17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やぎさん一座の手づくり紙芝居

▶とき 1月18日(水)午後2時～同30分

⑧体験トランポリン教室

▶とき 1月21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～小学生 ▶定員 56人(先着順)

⑨にこにこピョン

▶とき 1月24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)

⑩にこにこジャンプ

▶とき 1月30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)

⑪おはなしの城

▶とき 1月31日(火)午前11時～同30分 ▶内容 紙芝居やパネルシアター

【①～⑪共通】

▶申し込み 当日、直接会場へ ▶ところ 当日、直接児童館こどもの城で確認を

にこにこバースデー

▶とき 2月2日(木)午前11時～同30分 ▶ところ 美術工芸室 ▶内容 親子で一緒に誕生日カードを作成(手形、身長・体重測定)して誕生会を楽しむ ▶対象 市内に在住の2月に3・4歳になる未就園児と保護者 ▶定員 10組(先着順) ▶申し込み 1月4日(水)～25日(水)に直接または電話で児童館こどもの城へ

キッズ工作

▶とき 2月4日(土)午後2時～3時30分 ▶ところ 美術工芸室 ▶内容 バレンタインケースを作る ▶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) ▶申し込み 当日、直接会場へ



バレンタインケース

1月の休館日/1日(祝)～3日(火)、12・26日(木) 開館時間/午前9時～午後6時

※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。

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



つどいの広場 わんぱく城 ⇨ つどいの広場「わんぱく城」 (今泉272、☎783-0888・☎781-4466)

▶利用日 毎週火・水・金曜日午前10時～午後3時 ▶対象 0～3歳の乳幼児と子育て中の保護者 ▶利用料 無料 ※利用には受け付けが必要です。 ▶ところ 児童館こどもの城1階
1月1日(祝)～3日(火)はお休みです。

1月の催し ▶とき・対象・定員・内容 下表のとおり

催し名	とき	対象	内容
① 2歳だけの日	1月6日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	2歳児と保護者	おしゃべりや子育ての情報交換 ※おたのしみ会は当日、直接わんぱく城で申し込んでください。定員10組です(先着順)。
② 1歳だけの日	1月13日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	1歳児と保護者	
③ 0歳だけの日	1月20日(金)午前10時～午後3時 (10時30分～11時/おたのしみ会)	0歳児と保護者	
④ おひなさま作り	1月25日(水)午前10～11時	0～3歳児と保護者	▶内容 かわいいおひな様を作る ▶定員 10組(応募者多数の場合は抽選) ▶申し込み 1月11日(水)午前10時に直接わんぱく城へ(10時に参加者を抽選で決定) ※電話での受け付けはできません。

つどいの広場 あそぼうよ ⇨ つどいの広場「あそぼうよ」 (二ツ宮1156-3、☎☎778-5102・相談専用電話778-5103)

▶利用日 毎週火・水・木曜日(祝日を除く)午前10時～午後3時 ※正午～午後1時は昼食などに和室を開放しています。
▶対象 乳幼児と子育て中の養育者 ▶利用料 無料 ※利用初回到登録が必要です。

1月の催し

▶とき・対象・定員・内容 下表のとおり ▶利用料 無料(託児は1人300円) ▶申し込み ②③④/直接または電話でつどいの広場「あそぼうよ」へ ※開催中(午前)は一般の利用はできません。 ①⑤/当日、直接会場へ

催し名	とき	対象	定員	内容
① あかちゃんの日	1月5日(木)・10日(火)・ 18日(水)・24日(火) 午前10時～午後3時	乳幼児と親	—	主に赤ちゃんと親が集まって交流したり、情報交換などをしたりする
② 子育てサロン	1月17日(火) 午前10時～正午	子育て中の親	10組	子育てをされていて感じるうれしいこと、楽しいこと、つらいことや大変なことなどの思いを話したり、人の話を聞いたりする(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
③ マタニティの日 サロン「はぐはぐ」	1月11日(水) 午前10時～正午	妊産婦と子育て中の親	10組	おなかで育まれている新しい生命のこと、妊娠中の今の気持ち、お産エピソードなどをみんなで話す(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
④ あそべる学べるセミナー「べるべる」	1月26日(木) 午前10時～正午	—	10組	子どもや子どものころについて学ぶセミナー テーマ「かむ!引かく!～うちの子って乱暴なの?!～」(託児あり) ※参加には事前申し込みが必要です。
⑤ お誕生会	1月25日(水) 午前11時～同30分	—	—	みんなで1月生まれの子どもたちを祝う

【育児相談】

とーくるーむ「どんぐり」	あそぼうよの利用日 または希望日	—	—	あなたの気持ちを一緒に考えたい談話相談室(託児あり) ※事前に予約が必要です。
--------------	---------------------	---	---	---



健康プラザわくわくランド 1～3月の催し

健康プラザわくわくランド(☎783-1126・☎726-7657)

①ヨガ&ピラティス

▶とき 1月16日～2月6日の毎週月曜日午前10時30分～11時30分 ▶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、しなやかなポディーを目指す ▶定員 20人(先着順) ▶申し込み 当日、午前10時からフロント前で受け付け

②やさしいヨガ

▶とき 1月16日～2月6日の毎週月曜日正午～午後1時 ▶内容 呼吸法を使い癒やされながら体をやさしくストレッチする ※ヨガを始めたい人にお勧めのプログラムです。 ▶定員 20人(先着順) ▶申し込み 当日、午前11時30分からフロント前で受け付け

③アクアビクス

▶とき 1月10～31日の毎週火曜日午前11時～同50分 ▶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 ▶定員 20人(先着順) ▶申し込み 当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け

④水中運動

▶とき 1月10～31日の毎週火曜日午後1時～同30分 ▶内容 水の特性を活用し、各関節に負担の少ない全身運動を行う ▶定員 15人(先着順) ▶申し込み 当日、午後0時30分からプール監視員室前で受け付け

⑤ダンベル運動

▶とき 1月12日～2月2日の毎週木曜日午前11時～同30分 ▶内容 ダンベル(ペットボトル)を使って、全身運動を行う ※まずは体験してみてください。 ▶定員 15人(先着順) ▶申し込み 当日、午前10時30分からフロント前で受け付け

⑥ボールエクササイズ

▶とき 1月12日～2月2日の毎週木曜日午後1時～同50分 ▶内容 バレーボール大のボールを使って、無理のない動きでシェイプアップする ※まずは体験してみてください。 ▶定員 15人(先着順) ▶申し込み 当日、午後0時30分からフロント前で受け付け

⑦ワンポイントスイム

▶とき 1月13日～2月3日の毎週金曜日午前11時～同50分 ▶内容 各種泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人も参加できます。 ▶定員 15人(先着順) ▶申し込み 当日、午前10時30分からプール監視員室前で受け付け

⑧わくわく水泳教室 ～平泳ぎ編～

▶とき 1月13日～2月3日の毎週金曜日午後1時～同50分 ▶内容 平泳ぎ泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人も参加できます。 ▶定員 15人(先着順) ▶申し込み 当日、午後0時30分からプール監視員室前で受け付け

【①～⑧共通】

▶教室は各回当日だけ

⑨ヨガ&ピラティス

▶とき 2月27日～3月12日の毎週月曜日(全3回)午前10時30分～11時30分 ▶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、しなやかなポディーを目指す ▶定員 20人

⑩やさしいヨガ

▶とき 2月27日～3月12日の毎週月曜日(全3回)正午～午後1時 ▶内容 呼吸法を使い癒やされながら体をやさしくストレッチする ※ヨガを始めたい人にお勧めのプログラムです。 ▶定員 20人

⑪アクアビクス

▶とき 2月28日～3月13日の毎週火曜日(全3回)午前11時～同50分 ▶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 ▶定員 20人

⑫わくわく水泳教室 ～初級編～

▶とき 3月2～16日の毎週金曜日(全3回)午前11時～同50分 ▶内容 全く泳げない人、水が怖い人も水が好きになり、泳げるようになるための練習 ▶定員 15人

⑬わくわく水泳教室 ～クロール編～

▶とき 3月2～16日の毎週金曜日(全3回)午後1時～同50分 ▶内容 パタ足～クロール泳法の簡単なアドバイス ※水に慣れていない人も参加できます。 ▶定員 15人

【①～⑬共通】

▶対象 中学生以下を除く

【⑨～⑬共通】

▶申し込み 往復はがき(1教室1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、受講希望教室名を記入して、2月4日(土)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)

⑭藤波の餅つき踊り

▶とき 1月8日(日)1回目/午前11時30分～、2回目/午後1時～ ▶ところ 2階ホール ▶内容 藤波の餅つき踊り保存会による餅つき踊り(市指定民俗文化財)の実演 ▶観覧料 無料 ※入館料は必要です。

⑮健康相談

▶とき 1月17日(火)午後1時15分～2時15分 ▶ところ すこやかルーム ▶内容 保健師・栄養士・看護師による健康相談、血圧測定、検尿、栄養相談などを行う ▶対象 中学生以下を除く ▶定員 20人(先着順) ▶申し込み 当日、午後1時から2階ホールで受け付け

⑯わくわく美容教室

▶とき 2月24日(金)午後2～4時 ▶内容 寒い季節の「お肌の保湿・乾燥対策」 ▶対象 女性(中学生以下を除く) ▶定員 20人 ▶申し込み 往復はがき(1人1枚)に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、受講希望教室名を記入して、2月3日(金)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)

【①～⑯共通】

▶参加費 入館料だけ

1月の休館日/1日(祝)、2日(振休)、毎週水曜日、開館時間/午前10時～午後9時 ※3日(火)、5日(木)は短縮営業のため、午後5時閉館です。

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