

## 子育てガイド

### 『英語版・やさしい日本語版』を作成

座間市で子育てをしている方やこれから子育てをする外国人の方のために、子育てガイドの英語版とやさしい日本語版を作成しました。

同ガイドは、妊娠期から小学校に入学するまでを対象とし、子育てに関する制度や相談窓口などを掲載しています。周りで必要とする方がいましたら、このガイドをご活用ください。

○配布場所 子ども政策課窓口、子育て支援センターぞまりんのおうち「ゆめ」「ひまわり」「かがやき」、図書館他  
 ※次の2次元コードからダウンロード可。



市ホームページ  
 「子育てガイド外国語版  
 (英語、やさしい日本語)」



子育てガイド表紙

担当 子ども政策課 ☎046(252)8025 FAX046(255)5080

## 親支援講座

### 完璧な親なんていないNobody's Perfect(NP)

- とき 6月2日～7月7日毎週木曜日(全6回。予備日は7月14日(木)) 午前10時～正午
- ところ ハーモニーホール座間大会議室
- 内容 子育て中の保護者がお互いの悩みや関心について話し合い、自分に合った子育ての仕方を学ぶ
- 対象 1～5歳の子どもの保護者で全ての講座に参加できる市内在住者
- 定員 16人(申込順。初めての方優先)
- 参加費 無料
- 保育 無料(定員6人程度。申込順)
- 申込方法 5月26日(木)までに氏名、住所、電話番号、保育希望の有無を電話または直接担当へ

担当 子ども政策課 ☎046(252)8026 FAX046(255)5080

## 外国人のための日本文化体験「田植え」

外国人の方に、農作業を通して日本の食文化に触れてもらおうと、地元農家の指導で田植え体験をします。

- とき 5月29日(日) 午前9時集合、午後0時30分解散予定
- ところ 入谷プール集合
- 対象 市内在住・在勤の外国人(付き添いの日本人)および日本人の親子
- 定員 50人(申込順)
- 参加費 無料
- 服装 Tシャツ、半ズボンなど
- 持ち物 タオル、帽子、飲み物
- 申込方法 電話、ファクス、電子メールまたは直接問い合わせ先へ
- 問い合わせ先 市国際交流協会事務局(座間2-2887-2)  
 ☎046(251)9000 FAX046(206)6493 ✉z.i.a.040501@kdr.biglobe.ne.jp  
 ※電話は火曜・金曜日の午前9時～午後4時。

担当 渉外課 ☎046(252)8035 FAX046(255)3550

## 骨盤エクササイズ

骨盤の歪みを整えることで、内臓機能・神経伝達機能が改善され腰痛や肩凝り、冷え症などにも効果的な、体の不調改善に役立つエクササイズ方法を学びます。

健康にも、ダイエットにも役立ち、誰にでもできる骨盤エクササイズで健康的な毎日を送りましょう。

- とき 6月4日(土) 午前10時～11時30分(午前9時30分開場)
- ところ スカイアリーナ座間2階武道室
- 内容 骨盤エクササイズ実践法
- 講師 日本体育協会公認スポーツ指導員 阿部貴子さん
- 対象 18歳以上の方
- 定員 50人(申込順)
- 受講料 500円
- 持ち物 動きやすい服装、浴用タオル(丸めたときに厚みのでるもの)、バスタオル
- 申込方法 受講料を添えて直接同館へ(現金の取り扱いは午後5時まで)  
 ※電話予約可。ただし、1週間以内に手続きをしてください。



担当 スカイアリーナ座間 ☎046(255)0077 FAX046(255)1188

## プラっとざまのイベント

### おしゃべり庵

- とき 5月9日(月) 午前10時～11時45分
- 内容 大和落語演芸倶楽部による落語と茶話会
- 対象 60歳以上の方
- 定員 30人程度(先着順)
- 参加費 無料
- 参加方法 当日直接同プラザへ(事前予約可)



### こどもバレエうさぎぐみ 6回コース

- とき 5月17日(火)・31日(火)、6月14日(火)・28日(火)、7月13日(水)・27日(水) 午後4時15分～5時15分
- 内容 初心者レベルのバレエ教室
- 対象 4～6歳程度の子ども
- 定員 12人(申込順)
- 参加費 3千円(全6回分)
- 申込方法 5月1日(日) 午後1時以降に電話または直接同プラザへ



### 森のカケラで遊ぼう～カスタネット×音あそび～

- とき 6月4日(土) 午前10時～11時
- 内容 県内の間伐材で作られたカスタネットに色を塗るワークショップと、そのカスタネットで音楽を楽しむ
- 対象 0歳～小学3年生までの親子
- 定員 13組程度(申込順)
- 参加費 カスタネット1個につき500円
- 申込方法 5月1日(日) 午後1時以降に電話または直接同プラザへ



担当 プラっとざま ☎042(705)3610 FAX042(705)3630

SCS ホームタウン「SC相模原」5月のホームゲーム  
 会場は相模原ギオンスタジアム(相模原市南区下溝4169)

VS カターレ富山 5月29日(日)午後1時から

J3  
 15位  
 4月18日現在