



味間ふれあい館・丹南児童館だより

2026年7月号 丹波篠山市中野28
ふれあい館：西田直美・井関ゆかり

電話 (079)594-1003 / FAX (079)594-1079
児童館：田端俊典・上石孝子・西田こす枝

病態別料理教室③ 糖質制限

日本人の5～6人に1人が患っている糖尿病。食生活が大きく関与しています。予防のための糖質制限食事作りを学びましょう。

日時：7月28日(火) 10時～12時過ぎ

講師：本荘賀寿美さん 参加費：600円

持ち物：エプロン・三角巾・お茶

参加者：どなたでも参加できます。

申込：7月23日(木)16時まで (先着12人)

安全安心教室

交通事故をおこさない、あわないため、日々どのようなことに気を付けて行動すれば良いのか？また今年の4月から導入された自転車の交通違反についての反則金制度などを聞き、自分の身は自分で守る意識を高めましょう。

日時：7月28日(火)13時30分～15時頃

講師：篠山警察交通課

課長 寺内 大貴さん

内容：交通事故にあわないよう気をつけること

参加者：どなたでも参加できます。

事前申し込みは不要です。

7月の広場

ほっこり広場

7月、8月、9月はお休みです。

手作り広場 冷たいデザートを作しましょう

日時：7月16日(木) 10時～

講師：大江奥吏子さん

材料費：800円

申込：7月13日(月)まで



コミュ麻雀広場

日時：7月30日(木)13時～

参加費：100円

申込：不要



7月の教室・サークル

茶道教室	3日・17日(金)19時30分～
パソコンサークル	3日・24日(金)13時30分～
3B体操	13日・27日(月)13時15分～
舞踊教室(桜喜会)	7日・21日(火)13時30分～
フォークダンス	3・10・24・31日(金)13時15分～
ギター教室	7日・21日(火)18時～
太極拳(悠ゆう会)	15日(水)9時～
ジャズダンス教室	4日・18日(土)13時～
かごサロン	6日(月)13時～

気象警報や、やむを得ない事情などによって事業を中止することがあります。お問い合わせください。

☆丹南児童館から☆ -あそぶ まなぶ そだつところをめざして-

日差しが強く、外で遊ぶことがむずかしい季節になりました。児童館は冷房が効いていて快適に過ごせます。涼しいお部屋で、おもちゃや絵本で遊んで下さい。お待ちしております。

7月は、次の行事を予定しています。7月もうんと楽しい時間を過ごしましょう。

7月2日(木)11:00 おはなし広場 7月9日(木)11:00 つくしんぼ広場

7月15日(水)10:00 ベビーマッサージ教室※① (※は少人数の申込制)

7月16日(木)11:00 つくってあそぼう※② 7月17日(金) 夏まつり 13:30※③

7月22日(水)9:00 こども日帰りキャンプ(小学生対象)※④

7月23日(木)11:00 うたってあそぼう♪

7月30日(木)・31日(金)9:00 夏休み子ども教室1回目※⑤

8月4日(火)・5日(水)9:00 夏休み子ども教室2回目※⑥

