蒲郡フィルハーモニー管弦楽団定期演奏会

と　き　12月4日(日)
　　午後2時～
ところ　市民会館大ホール
指　揮　木下麻由加
曲　目　第1部「ヨーロッパの宝石箱から」　モルダウ、ツィゴイナワイゼン
　第2部「エンターテイメント・オーケストラ」大河ドラマ「真田丸」メインテーマ、川の流れのように、スターウォーズ　ほか
入場料　前売り 1,000円
　　当　日 1,200円
チケット販売　市民会館ほか
問合先　蒲郡フィルハーモニー管弦楽団演奏会事務局 ticket@gamaphil.com

生涯学習課 ☎66◆1167

蒲郡市シニア吹奏楽団

創立15周年記念「ありがとうコンサート」

と　き　11月27日(日)
　開演　午後2時　開場　午後1時15分
ところ　市民会館大ホール
指　揮
　鈴木一夫、西浦稔、小嶋良夫
曲　目　伝説の日本映画メドレー、ゴジラ組曲、大きな古時計、ヘイ・ジュード　ほか
入場料　無料　※市民会館、市内楽器店で配布している整理券が必要です。
【スペシャルゲスト】
　小林真人(ピアニスト)、牧野将典(アルパ奏者)、桜沢信司(司会)

生涯学習課 ☎66◆1167

おはなしおばさんのかわいい仲間たち展

　おはなし会で使う手作りの帽子や人形のほか、子育てのヒントになりそうな、おはなしおばさんの子育てのうたなどを展示します。
と　き
　11月19日(土)～12月11日(日)
　午前9時～午後7時
ところ　図書館展示コーナー
◆写真プレゼントの日
　おはなしおばさんと一緒に写真を撮りましょう。好きな帽子をかぶれます。撮った写真はその場でプレゼントします。
※希望の方は直接図書館展示コーナーへ。参加費無料。
と　き　12月3日(土)・4日(日)
　午後2時30分～3時30分

図書館 ☎69◆3706

子ども看護フェア・災害対策フェアin蒲郡

と　き　11月12日(土)　午前10時～午後0時30分

●子ども看護フェア

ところ　市民会館大ホール前ロビー、中ホール
・こどもナースなりきり体験
・人のからだクイズ…心臓の音はどんな音？
・脳のコーナー…なぜ血圧は高くなるの？
・子育て応援コーナー…ワンポイントアドバイス
・感染のコーナー…冬場に向けて気をつけること
・糖尿病のコーナー…子どもも糖尿病になるの？

親子カフェへどうぞ

○公開健康講座

と　き　午前10時～11時
ところ　市民会館中ホール
テーマ　～発達障害～
講　師　市民病院長　河辺義和

スタンプラリーもあるよ

●災害対策フェアin蒲郡

ところ　市民会館中ホール　ほか
・防災グッズ予防体操
・エアーストレッチャー体験
・災害時の子どもの口内の手入れ
・防災ズキンの作り方、応急救護
・パネル展示

○復興支援　熊本物産展
○講演会＆防災クイズ大会

と　き　午前11時15分～午後0時15分
ところ　市民会館中ホール
テーマ　熊本ボランティアの様子から
講　師　市民病院災害支援ナース

市民病院 ☎66◆2200

体重を量って健康になろう！

このグラフを切り取って記録しましょう。

毎日体重を量って記録しよう！

＋2キロ																															
＋1キロ																															
初日体重																															
−1キロ																															
−2キロ																															
日にち	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
体重(キロ)																															

体重を毎日量って記録すると、前の日の食べた物や時間帯、運動などによって体重が変化することが分かります。