

二千レクボール交流会

講師:岸本 康子先生



(^o^)/



楽しかった人?

お父さんもお母さんも、
ずっと笑顔で、たまにマシ顔で
みんな仲良くニユースポーツ
を楽しみました。



真剣勝負!!! (笑)



青少年国際文化交流会(主催:東広島マツダ会)小谷一心太鼓参加 8/24(金)



小谷一心太鼓のみなさんが太鼓演奏を通して、
インド・バンガロール市から来た中高生と友好
親善を図りました。



男性料理教室 9/19(水)

講師：永久 やす子先生



メニュー

- ・くずしマーボ豆腐
- ・にんじんサラダ
- ・揚げかぼちゃ煮
- ・もやしの味噌スープ



酷暑の疲れが出る頃です。
野菜をしっかり摂って体の
調子を整えましょう。



健康学級 9/21(金)

講師：岸本 康子先生

～ひもトレ健康法～



今回は、全身の繋がりを取り戻し体のアンバランスを解消する『簡単！ヒモエクササイズ』をご指導いただきました。



また新しいお仲間もご参加くださり、皆さんでグループゲームをして和気あいあいと楽しい時間を過ごされました。



環境整備 9/12(水)

今年も、通学合宿を前に長寿会の皆様が、地域センター周辺の草刈り清掃作業をしてくださいました。蒸し暑い天候の中にもかかわらず、大変きれいにしてくださいました。心から感謝申し上げます。



小谷育児教室のご案内～さつまいもクッキング～ 10/18(木) 9:30～11:30

季節の食材を使って料理をしましょう♪



- 参加費** 1家族200円
- 持参物** 手拭きタオル、親子のエプロンと三角巾
お茶、子ども用スプーンとフォーク

問合せ・予約先

東広島市こども家庭課 母子保健係

TEL (082) 424-1678

予約受付期間 10/4(木)～11(木)