

# 活動報告

## 小谷育児学級 クリスマス会 12/5(火)

ひと足早めに、親子で制作あそびや歌をうたって  
クリスマスを楽しめました。

クリスマスプレゼント  
ありがとう♥



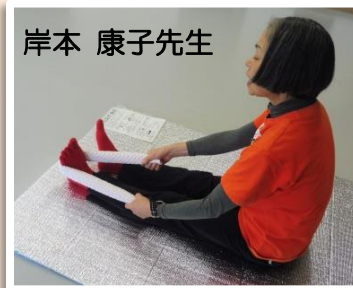
♪小谷地区母子保健推進委員の皆様♪



## 健康学級 12/15(金)

私達は、加齢とともに骨や筋肉の衰えが徐々に進んで行きます。そこで、今回は、操体法で身体のバランスを整え、こころばな  
い身体づくりを  
実践しました。

岸本 康子先生



かかと伸ばし



タオルのたぐり寄せ



首回し

## 親子でおもしろ体験塾⑤ ～異国童話の読み聞かせ～

12/16(土)



ケイさん(ロシア出身)



広島大学大学院の留学生さんにお越しいただき、出身国の童話を紹介していただきました。また、ゲームやクイズをして楽しく交流を図りました。

今後も、親子で外国への興味や国際理解を深めるきっかけ作りになるような講座を開設します。



ダギーマーさん(モンゴル出身)



## まちづくり協議会女性部会 子育て支援事業 12/16(土)



小谷小学校区まちづくり協議会  
女性部会では、十一月に開催された  
ポリ袋調理講座の親子版を健康福  
祉部会支援のもと実施されました。

ポリ袋調理は、簡単、エコ、万一のときで  
も温かい料理が食べられるという一石三鳥！  
この日は寒い日でしたが、広場で釜に大鍋

をかけて、地域の  
皆様といっし  
よに親子で体験  
学習をされまし  
た。



## 男性料理教室 12/20(水)

今回も、永久やすこ先生に  
旬の食材を使った料理をご指  
導いただきました。白菜、白  
ネギ、柚子などなど、寒いこ  
の季節ならではの旨みを存分  
にいただき、自ずと笑顔があ  
ふれました。バランスの良い  
食生活を心がけて風邪をひか  
ないよう気をつけましょう。

メニュー

- 厚揚げの柚子みそかけ
- 卵とベーコンのスープ
- 根菜のマリネ、
- 根深めし



## お礼 (年末大掃除)

教室の皆様が、一年の活動の締めくくりに利用された部屋の大掃除をしてくだ  
さいました。ありがとうございました。

