

いい歯で3歳おめでとう

12月10日(水)に行われた3歳6ヶ月児健診において、むし歯や汚れた歯が1本もなく、かみ合わせ等もきれいだったお子さん3名を紹介します。

*広報掲載に同意を得られた方のみ掲載となります。



あいな てんしん むらた なぎ まて そうた
相内 天心くん 村田 凧くん 真手 爽汰くん

◆12月キッズルームの様子◆

12月19日(金)、保健福祉センターでキッズルームを開催しました。クリスマスの小物を製作したり、ふわふわ遊具やボールプールで遊んだり、子どもも保護者も楽しく過ごしました。

今年度のキッズルームは、2月10日(火)で最後となります。ひな祭り製作や楽しい遊具、プレゼントを準備してお待ちしていますので、みなさんぜひ遊びに来てください。



食生活改善推進員会研修会

12月6日(土)、保健福祉センターにて食改研修会を行いました。笹餅・くじら餅・栗おこわを作りました。

これからも、美味しく楽しく、健康づくりの活動をしていきたいと思っております☆



★こども園ひがしどおりフィットネス教室★

12月8日(月)と22日(月)の2日間、こども園ひがしどおり3・4歳児と保護者を対象に運動教室を開催しました。ストレッチやボクササイズなど、子どもも保護者も楽しめる内容で、たくさん汗をかきながら笑顔いっぱいの時間となりました。

子どもたちからの踊りのプレゼントもありがとうございます☆



小学生バランスボール教室

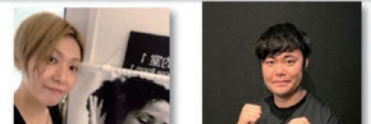
12月23日(火)、保健福祉センターで小学生を対象としたバランスボール教室を開催しました。長期休みで運動する機会が減った小学生たちが、楽しく体を動かしました。



フィットネス教室

～一緒に 美活 はじめませんか?～

日程	2月2日 (月)	2月16日 (月)	3月2日 (月)	3月16日 (月)	3月23日 (月)
時間	10:00~ 11:00	15:00~ 16:00	15:00~ 16:00	10:00~ 11:00	15:00~ 16:00
対象者	東通村内在住の方*各回20名程度(定員になり次第締め切り) *お子さんの参加も可能です				
場所	東北電力 あがさいホール				
申込み	健康福祉課 (Tel.0175-28-5800)				



インストラクター
濱中 侑香・濱中 文徳

【持ち物】

内履き・汗ふきタオル・水分補給の飲み物・ヨガマット(持っている方)・動きやすい服装でご参加ください