

健康推進員だより

～子どもたちの思いがこもった食育カルタ～



小学生が考える「食育」は給食、歯の健康、食と勉強・運動・感謝等多くの事があります。市内の小学生からの文や絵をもとにその思いを込めて健康推進員が「食育カルタ」に仕上げました。子どもの目は、今どきの食事情を正直に見ています。今日のご飯について「きのうのカレー、きのうのスープ、きのうのサラダ・・・」という表現もあり驚きました。大人も「子どもが考える食育」を見直し、家庭や地域で「食育カルタ」を使って考えてみませんか。



完成した食育カルタ

使用ご希望の方は、下記までお問い合わせください。

問い合わせ…健康推進連絡協議会事務局（健康推進課内） ☎ 65-0703 FAX 63-4591

サントピア 秋の教室…受講生募集!

曜日	教室名	期間回数	時間	受講費(円)	定員(人)	内容
月	英会話②	9/10～12/3 10回	19:00～21:00	1,500	10	初心者から一歩進んで、日常会話に必要な表現を学びます。1～2回、外国人講師をゲストに招きます。
火	生け花	9/11～11/20 6回	19:00～21:00	5,400	10	住まいの空間に季節の花を飾りましょう。初心者対象です。※小原流生け花です。
	ピアノ・キーボード	9/11～12/11 8回	19:30～21:30	1,500	6	初心者でも大丈夫。個人レッスンで弾きたい曲が弾けるようになります。
	ウォーキング	9/11～11/20 6回	19:00～20:30	700	20	正しい歩き方、立ち方を学びます。日常生活の中で均整のとれたボディラインを作っていきます。
水	料理	9/19～11/21 10回	19:00～21:00	6,200	20	家庭料理の基礎から応用まで、バラエティ豊かな料理を作ります。受講生の希望をききながらすすめますので、リクエストも可。
	英会話①	9/12～11/14 10回	19:00～21:00	1,500	10	初心者向けに日常会話に必要な表現を学びます。1～2回、外国人講師をゲストに招きます。
	硬式テニス初級	9/12～11/28 12回	19:00～21:00	3,000	12	これからテニスを始めたい方、少しテニスをやっているという方を中心に、わかりやすく指導します。
木	エアロビクス	9/13～11/15 10回	18:30～19:30	1,000	50	日頃のストレス発散、ダイエットや運動不足解消に、音楽に合わせて楽しく汗を流し、リフレッシュしませんか。

申込締切／8月27日(月)

(受付時間は土日を除く9:00～21:00)

申込場所／サントピア水口 勤労青少年ホーム窓口

(電話、代理での申し込みは不可)

対象者／4月1日現在で15歳以上35歳以下の方(中学・高校生は除く)

申込に必要なもの／

- ・利用者登録の際必要になる、生年月日と本人を確認できるもの(運転免許証等)
- ・エアロビクス教室に申し込みされる方は受講料 1,000 円を申込時にご用意ください。

その他／①申込者が少ない場合は開講を中止することがあります。

②開講日、内容等は変更になる場合があります。

③定員に満たない教室は、申込期間後も先着順で受け付けます。

④申込締切を過ぎてからのキャンセルはお断りします。

⑤定員を超えた教室は、8月27日(月)午後9時から公開抽選を行います。

問・申…勤労青少年ホーム

☎63-2952 FAX 63-6788