

いちおし！6月の体力測定会

- ◆開催日 平成30年6月28日(木)
- ◆時間 午前10時～正午
- ◆対象 60歳以上の方
- ◇申込は5月5日(土)からです。

自分の体力を知って、健康なからだづくりに役立てましょう(^o^)/

*測定種目：握力、長座体前屈、開眼片足立ち、10m 障害物歩行、10m歩行能力テスト、上体起こし



小学校に行くお友だちの卒業式

平成30年3月30日(金)
子育て支援センターあかし西



4月から1年生になるお友だちの卒業式を行いました。



「プレイルームで楽しかったこと」や「大きくなったら何になりたいか」などはきはきと話す姿はさすが1年生！

赤ちゃんの時からずっとみんなの成長を見守ることができて先生は幸せです。



また元気な顔を見せて下さいね。



栄養教室

～美味しくメタボ予防！～ 平成30年4月13日(金)

ただの料理教室ではありません！エネルギーや栄養バランスを考えた献立を作り、学んで食べて健康になれる教室です♪



食材たち☆鶏ムネ肉は皮なしです！

先生は盛りつけまでしっかり指導！



完成～！野菜たっぷりのヘルシー料理♪



今回の献立と同じくらいのカロリー！でも、栄養のバランスは…？

★新入職員ご紹介★



保安員 澤下幹雄さん

4月から勤務させて頂くことになりました澤下幹雄と申します。年齢は67歳になります。

人や社会と関わりながら、健康に気をつけて楽しく勤めさせていただきたいと思っています。

夜の利用受付などを担当させていただきますので、よろしくお願い致します。

今月のふたみんぬりえ



ふたみんのしおひがり★

★なまえ | | ★おんれい | | さい

しおひがりにやってきたふたみんとたみおくん。たくさん採れるかな？

