

すこやかトレーニングスクール

12月のプログラム 「キレイなママのからだづくり」

スポーツ村すこやか町民開放日(毎月第3日曜日)に合わせ、トレーニングスクールを行います。今回も「ママの骨盤ケア」のプログラムを中心に、楽しく健康づくり・体づくりをしましょう。

■日 時 12月17日(日) 午前10時～午前11時30分

■場 所 阿久比スポーツ村陸上競技場(雨天時は屋内練習場で実施)

■対 象 町内在住で子育て中のママ

■定員・参加料 20人(先着順)・無料

■申し込み方法 電話、FAX、電子メールまたは直接社会教育課の窓口で申し込んでください。その際、氏名、年齢、住所、電話番号をお知らせください。(FAX、電子メールの場合は件名に「トレーニングスクール」と明記してください。)

■申込期限 12月15日(金)

■申し込み・問い合わせ先

社会教育課体育係

☎(48)1111(内1228)

FAX(48)6229

電子メール taiiku@town.agui.lg.jp

■講 師 平井由佑子さん(健康運動指導士)

数多くの自治体、スポーツクラブにおいてトレーニング教室、健康づくり教室、からだづくり教室などの講師を務める。今話題のコアトレーニングの指導にも精通している「からだづくりのスペシャリスト」。



今後の
予定

～冬～(平成30年1月～3月) 家族プログラム “やってみよう！ポールウォーキング”
※毎回、参加申し込みが必要です。詳細は毎月1日号の広報に掲載します。

詩集「心のうた」 —家族で話そう—

～平成29年度募集作品～

子どもたちが家族に自分の気持ちを伝えたり、家族の温かいふれあいを深めたりするきっかけになればと、阿久比町家庭教育推進協議会では、小学4年生から中学3年生までを対象に、親と子、祖父母と孫など家族が協力してつくる川柳を募集しました。今年は1,340件の応募があり、その一つ一つから家族のほほえましい姿が見えてきます。

今回作成した詩集「心のうた」—家族で話そう—の中から一部をご紹介します。詩集は、庁舎や中央公民館、図書館でご覧いただくことができます。

■問い合わせ先 社会教育課社会教育係 ☎(48)1111(内1228)



毎月第3日曜日は
家庭の日

〈子の句〉 小学校 とうとう最後の 夏休み 〈家族の句〉 6年間 悩み続けた 昼ごはん(母) 東部小6年 國司 柊太	〈子の句〉 おじいちゃん いますぐいくよ 電車でね 〈家族の句〉 早よ来いよ 好きなブドウが なくなるぞ(祖父) 南部小4年 中村 そうすけ
〈子の句〉 夏休み 楽しい日々を ありがとう 〈家族の句〉 夏休み 笑顔とサイフは 反比例(父) 英比小5年 鈴木 優月	〈子の句〉 久々の 父の夕飯 美味かった 〈家族の句〉 作ったが ほとんど妻の 指示どおり(父) 阿久比中1年 三浦 優心
〈子の句〉 反抗期 心の中は ありがとう 〈家族の句〉 親孝行 首長くして 待ってるよ(母) 草木小5年 新美 ひなた	〈子の句〉 この夏で 自分を見直し 強くなる 〈家族の句〉 ゆっくりと あせらず自分を みつけてね(母) 阿久比中2年 竹内 海音