

# ひらのだい

第 395 号

令和 4 年 8 月 1 日

発行所：平野台公民館  
電話：596-3539



## ひらの文庫・たなばた、イベント開催！（願いが届きますように）

令和4年7月2日（土）午前10時30分から、平野台公民館2階「集会室」において、ひらの文庫主催の・たなばた、イベントが開催されました。

当日は、80名近い子ども達が訪れ、一人ひとり短冊に願い事を託したり、本の読み聞かせを楽しんだり、お楽しみのお菓子のプレゼントも嬉しそうに受け取り、笑顔と笑い声に包まれたとても楽しいひと時を過ごしていました。



## 「区対抗五目お手玉大会」で快挙達成！

令和4年7月3日（日）午前10時から平野小学校で開催された「区対抗五目お手玉大会」において、平野台区から年齢フリーの部2チームと小学生の部2チームの計4チームが出場しました。4チームとも抜群のチームワークを発揮し、素晴らしい成績を収めてくれました。大会結果は次のとおりですが平野台パワー全開の一日でした。

（団体戦の部）～【準優勝】

（チーム戦の部）①年齢フリーの部～平野台B【優勝】・平野台A【第3位】

②小学生の部～平野台元気3人組【優勝】・平野台ちびっこ3人組も大健闘でした。



年齢フリーの部で見事優勝



どこに投げようかな



小学生の部でもダブル優勝

## 「足元気」教室で健康維持・増進！（いつまでも自分の足で！）

皆様もご承知のとおり、加齢とともに運動機能や認知機能が低下し、徐々に生活機能にも問題を生じるようになり、やがて「身体」と「こころ」にもマイナスの影響がでてきます。その原因と考えられるのが筋力の衰えなのです。生活機能を向上させ健康寿命を伸ばすためにも、まずは筋力・筋肉量の低下を予防することがとても大切です。

「足元気」教室は、みんなで楽しくトレーニングしながら健康維持・増進を目指しています。どうか多くの皆様の参加をお待ちしています。



## ふれあい平野食堂からのお知らせ

昨年12月から始めました食品配布ですが、毎月(第3土曜日 午前10時～)たくさんの人に来ていただき、最近ではほぼ1時間で終了の状態が続いております。

今回は「配布の仕方について」補足説明をいたします。基本的には1家庭1個の配布としていますが、ご高齢などの理由で取りに来れない方に持っていかれる場合には、その方のお名前と電話番号を書いていただくことでお一人分だけは認めておりますのでご理解をお願いします。食品配布の取り組みがしっかり根付くことを期待しながら、ふれあい平野食堂として今後も頑張りたいと思います。



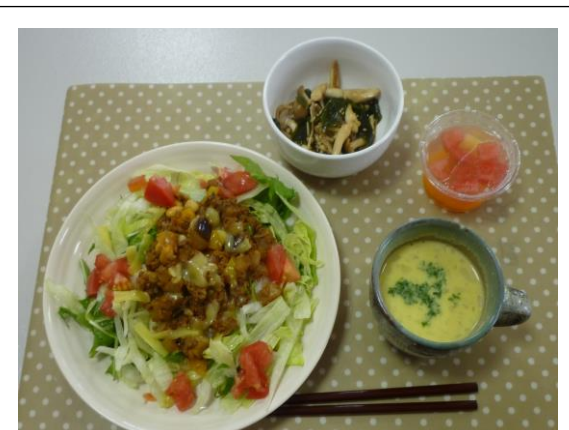
## 親子料理教室開催！（親子でふれあい楽しく料理）

令和4年7月9日（土）午前10時から平野台公民館の調理室で食生活改善推進会による「親子料理教室」が開催されました。

当日は、小中学生の親子20名の参加があり、親子がしっかりと触れ合いながら楽しく料理作りに取り組んでいました。子ども達の少し危なっかしい包丁さばきを優しく見守っているお母さん達の表情がとても印象的でした。



未来のカリスマシェフかも？



親子の絆ランチ完成です。

## 8月の主な行事 ※コロナ感染状況で変更可能性あり

- 8/5,19,26の(金) 10:00～ ぷらっと寄らんです会
- 8/3(水) 10:00～ 花水木の会
- 8/4(木) 10:00～ 食改善
- 8/7(日) 11:00～ そうめんすくい大会
- 8/8(月) 10:00～ 宿題サロン
- 8/9(火) 10:00～ 宿題サロン
- 8/18(木) 13:00～ 足元気教室
- 8/20(土) 10:00～ ふれあい平野食堂パントリー 中止
- 8/22(月) 10:00～ 福祉部定例会

## 平野台公民館の七夕飾り



秀逸短冊

幸せにくらせますように！  
いつも笑顔で♡

どうか願いを叶えて下さい。お願いします。