

## 残暑厳しい折、健康管理に十分に注意してください！

### 【きっず食育チャレンジ（第3回）】

9月7日土曜日にきっず食育チャレンジ（第3回）が開催されました。まずは、畑に行って親子でジャガイモの植え付けをしました。植え付けをしたじゃがいもは「デジマ」と「ニシユタカ」です。交流センターへ戻ってきて、健康増進課の田京講師による生活習慣病のお話を聞き、その後調理室でジャガイモを使ってプレッツェルを作りました。おいしくできたかな。



このジャガイモはデジマ？ニシユタカ？

わかりましたか は〜い

細く、長く切ってね

### 【親子遊び運動講座（全2回）】

9月11日水曜日・9月18日水曜日に親子遊び運動講座が行われました。親子で音楽に合わせて運動したり、ミニランポリン、鉄棒、ミニハードルなどの器具を使って楽しく運動しました。



先生、もっとおしりをあげて



ひこうきになっているかなあ

### 【交流センターのめだか】

交流センターで6月の中旬からメダカを飼い始めました。現在5匹、エサをあげると寄ってきます。メダカの容器は100均のプラスチックの植木鉢で、水抜き穴をガムテープとゴム用の接着剤で塞いで作りました。鉢の底には園芸用の焼成赤玉土をよく洗い敷き詰めています。飼い始めて3ヵ月程たちますが、足し水をしただけで水替えはしていません。幼児講座「ひよこ」にくる子どもたちもメダカが大好きです。



### 【交流センターのへちま】

交流センターの事務室南側に緑のカーテンとして5月にへちまを鉢に植えました。7・8月は猛暑で水をかけても葉っぱはしおれ、花が咲いてもへちまは実りませんでした。9月になってようやくへちまが実りました。



### 【10・11月の講座】

10月3日(木) 14:00~	
10月17日(木) 14:00~	初心者のための呼吸法を学び、ゆっくり身体を動かして心と身体をリフレッシュさせましょう。
11月7日(木) 14:00~	ヨガ講座(全4回)
11月21日(木) 14:00~	
10月16日(水) 13:30~	いちごの苗植え講座 岩田地区のいちご農家さんから苗の植え方、栽培方法を学びます。
10月22日(火) 10:00~	歴史講座(全2回) 第1回の講座は「匂坂中村絵図」に見る岩田地区です。
11月22日(金) 10:00~	第2回の講座は「磐田原開墾と男爵・赤松則良」です。
10月31日(木) 9:00~	赤い魅惑のローゼル講座 赤いローゼルという植物でジャムを作り、お料理に活用します。
11月15日(金) 9:00~	干支の置物作り講座 来年の干支は「へび」です。仲の良い夫婦のようにそっと寄り添う2匹
11月19日(火) 9:00~	(全2回) のかわいいへびを作ります。
11月17日(日) 13:30~	篆刻(てんこく)講座 来年の干支「巳年」や姓名等を篆刻用の石に彫ってみませんか?
11月24日(日) 13:30~	(全2回) 世界に一つだけのオリジナル印ができますよ。
11月24日(日) 10:00~	ドローン操縦体験講座 ドローンのルールや仕組みを勉強し、ドローンを操縦してみませんか?
11月27日(水) 9:00~	焼き立て食べたいパン講座 ドイツの伝統的なパン菓子「シュトーレン」を作ります。
11月28日(木) 10:30~	病院長の地域医療セミナー 山崎病院長がマイナ保険証の本格導入などの話をしますよ。