

橋本地区公民館 主催事業のご報告

令和3年12月

乳幼児親子学級

ベリィーベリィー

& くらー☆ちよき☆ぱあー

ベリィーの はみがき講座

歯科衛生士さんにお話を聞きました。
子どもたちのお口の様子をチェック
してもらいアドバイスを受けました。



ママーとベリィーの クリスマス



クリスマスコンサート

音のトライアングルさんの演奏
でクリスマス気分いっぱい♪



クリスマス会

親子でクリスマスカードを作っていたら、
サンタ&トナカイが登場！



大人のクッキング「豚まん作り」



11月に続いて第2回目を実施しました。
個性豊かな！美味しい豚まんができました。



天気にもまれて
起伏の多いコースも
快適に歩きました



健康ウォーキング



高野口地区公民館～庚申山～きのこ公園
～高野口地区公民館
約4km 6,000歩

健康一番体操

岸田昌章先生の「健康よもや
ま話」はこむら返りの対処法。
その後の体操では、少しずつ
負荷をかけながら体を動かします。

