



大

冬の子ども読書推進事業『ぬいぐるみのおとまり会』 好きなぬいぐるみたちがお泊まり！

2月11日、情報館において、子ども読書推進事業『ぬいぐるみのおとまり会』を開催しました。

お家から持ってきたぬいぐるみと一緒におはなし会に参加した後、ぬいぐるみを布団に寝かせ、「またね！」と手を振りしばしのお別れ。

翌週にお迎えに行くと、ぬいぐるみからのお手紙や、映画鑑賞や情報館内を探検するぬいぐるみたちの様子を撮影した写真がプレゼントされました。

厚

令和4年度ホームクッキングリーダー養成講座 岸産のタラを使った料理に挑戦

2月16日、保健福祉総合センター調理室において、厚岸町食のマイスターである鳥谷部さんを講師に『令和4年度ホームクッキングリーダー養成講座』を開催しました。

この講座は、町民の皆さんへ『食』への意識を深めてもらうことを目的として実施しており、料理実習と食中毒などの知識を学ぶ食品衛生講習を行いました。この日は、厚岸産のタラを使用した料理実習を行い、タラの下処理から挑戦。講師のお手本を見ながら、魚のさばき方を学びました。



心

助産院マタニティ・アイの出前講座 地良い揺れに赤ちゃんもスヤスヤ

3月3日、保健福祉総合センターにおいて、助産院マタニティ・アイ院長で妊婦ヘルスケアトレーナーの成瀬恵さんを講師に招いた出前講座を開催し、親子4組が参加しました。

赤ちゃんとの手遊び歌やストレッチをした後、抱っこひもで赤ちゃんを抱いたままできるリズムダンス『ベビーダンス』を行いました。ダンスの心地よい揺れに、参加した赤ちゃんは全員爆睡！産後のエクササイズをしながら赤ちゃんとのスキンシップを楽しみました。

テ

スポーツ障害予防講習会 テーピングの技術を学びました

3月12日、B&G海洋センター武道場において、遠矢ささき整骨院の佐々木大剛院長を講師に『スポーツ障害予防講習会』が行われ、部活動などでスポーツをする子どもやその保護者など、19人が参加しました。

始めに足首や関節の仕組みを説明した後、テーピングを用いて実演。参加者同士で講師のアドバイスのもと実際にテーピングし合い、スポーツ活動における外傷・障がいの予防や対処方法を学びました。

