

ヘルスメイトが町民運動会で 野菜レシピを配布しました!

11月3日は由岐地区、11月6日は日和佐地区の町民運動会で、「1日に必要な野菜の量は350gです」「野菜から食べましょう」とヘルスメイトが生活習慣病の予防のために野菜を食べることの大切さを呼びかけました。



高齢者クラブとヘルスメイトが 日和佐こども園で餅つきを行いました!

12月1日、日和佐こども園でお餅つきが行われました。

実際に自分たちで餅をつくという作業に子供たちは大喜び。力いっぱい杵をふるって、寒さも吹き飛んでいました。ヘルスメイトからの「自分の手でついたお餅はどうだった?」「自分の指でさわったお餅はどんなだった?」との問いかけに、子供たちは大きな声で「楽しかった」「おいしかった」と答えていました。ヘルスメイトは乳児から高齢者まで幅広い世代と関わっています。今回は、食の伝統行事である“餅つき”を通して幼児と交流しました。

