



## あじわい・女性合同学級 ～健康教室～

1月27日(火)あじわい・女性学級合同で「健康教室」を行いました。  
 役場保健師の井上美由紀さんを講師に、健診結果の数値が、からだのどのような働きによるものかを、資料をもとにわかりやすく説明してもらいました。



学級生は健康についての意識が高く、色々な質問も飛び交いながらの学級となりました。

健診結果は、経年的変化をみることがポイントだそうです。自分の体の変化を見ていくためにも、毎年健診を受けることが大事です。

気になることがあれば、まずは、身近な保健師さんに相談するのもよいですよ。

## 乳幼児学級 ～親子ふれあい遊び～

2月18日(水)乳幼児学級では、小石原保育園の城礼子先生ご指導のもと「親子ふれあい遊び」をしました。

手遊び歌や、新聞紙を細かく破って、上からシャワーのように散らしたり、それをビニール袋に集めてゴムで縛っただけの痛くないボールにして蹴ったり、振り回したり、家にこもりがちなの季節にぴったりの遊びを紹介していただきました。新聞紙を破ることで、指先をつかったり頭を使ったり、ボールを蹴ることで体を使うという、簡単にお金をかけずに親子のふれあいや知育までできるということを学びました。

しっかり体を動かした後の読み聞かせは、みな静かに聞くことができていました。保護者も子どもたちも、皆、自然に笑っていてとてもよい時間を過ごせました。

ちょっとした工夫で、子育てをより楽しくできますね。



## 図書館の広域利用についてのご案内

平成27年4月1日より、北筑後地区公共図書館を構成する久留米市、朝倉市、小都市、うきは市、筑前町、東峰村及び大刀洗町の設置する図書館、これに準ずる施設において、構成市町村に住所を有する者への貸出を行うことになりました。

詳細は、東峰村公民館にお問い合わせください。



## 『らぶあぽ東峰』次回予告 地域総合型スポーツクラブ

らぶすぽの活動	場 所	日 時	備 考
ニュースポーツ教室	村民センター	3月23日(月) 19:30～	室内グラウンドゴルフ
健康体操『ヨガ教室』	いずみ館 多目的ホール	4月8日(水) 19:30～	会員500円 非会員1,000円 ※マットはこちらで準備します。

## 健康づくり地域交流フェスタ in 東峰村

2月15日(日)東峰村村民センターにおいて、「健康づくり地域交流フェスタ in 東峰村」が開催されました。

当日は、村内各地域の幼児から80代の高齢者の方まで117名の方が参加し、アビスパ福岡のコーチを迎えて、楽しいレクリエーションスポーツ競技が行われました。アビスパ福岡のマスコットキャラクター「アビーくん」と「ビビーちゃん」も東峰村の応援に駆けつけてくれました。

競技内容は、参加者の方を、緑・ピンク・黄色・オレンジの4チームに分けて、ボールでカラーコーンの的をねらう「転がしゴルフ」、相手を見つけてじゃんけんをしてスゴロクのように勝ち進む「じゃんけんスゴロク」、チーム全員で手をつないでゴールを守るサッカー形式の「手つなぎナンバーコール」など、楽しさと競技性を兼ね備えた、様々な種目を実施され、大歓声のなか白熱した試合が繰り広げられました。

参加者の方からは、「年齢に関係なく参加できる種目ばかりで楽しかった。」「普段、ふれあうことのできない人とふれあうことができたし、楽しく運動できてとても楽しかった。」「またこのようなイベントがあったらいいと思う。」など、大好評をいただきました。

今回のイベントで実施した内容は、自治公民館の一館一運動などの地域活動にも応用できると思います。

今後も、このようなイベントを実施して、健康づくりと地域交流の輪を広げていきたいと思っています。今回参加できなかった方も、ぜひ、来年度の各種スポーツ大会や「らぶすぽ東峰」のニュースポーツ教室などに、積極的に参加していただき、スポーツを通して、お子様から高齢者の方まで、世代や地域の垣根を越えて交流を深め、健康で活力ある元気な東峰村をつくっていきましょう！！



▲キックターゲットビンゴ参加のアビーくん



▲じゃんけんスゴロク



▲大会終了後、みんなで記念に集合写真を撮りました

◀手つなぎナンバーコール