

TOPIC

1

## 脳トレ体操で健康づくり

10  
22

## 高砂会「みんなの茶の間」

老人クラブ高砂会（目黒邦夫会長）は、西庶路コミュニティセンターで「みんなの茶の間」を行いました。

「みんなの茶の間」は高砂会が年2回、講師を招いて健康相談や軽運動を行うものです。この日は会員13人が参加。株式会社オカモトのスポーツインストラクター石澤香苗さん（写真右）の指導により、脳トレと体操を合わせた「脳トレ体操」を行いました。

石澤さんは「できなくても、考えながらやろうと意識することで脳が活性化される」と話していました。



仲間と一緒に楽しみながら脳トレを行う高砂会の皆さん



力を合わせてキクイモを収穫する園児たち

TOPIC

2

はじめてのキクイモ掘り  
力を合わせて楽しく収穫10  
22

## 庶路子ども園の園児がキクイモ掘り

庶路子ども園（田中由紀園長）の園児20人が、西庶路在住の鳥本秀夫さんが栽培しているキクイモの収穫に参加しました。園児たちによるキクイモの収穫は、鳥本さんの「子どもたちにキクイモ掘りの経験をさせてあげたい」という思いから行われたものです。

園児たちは、鳥本さんや保護者が見守る中、初めてのキクイモ掘りを楽しんでいました

大原<sup>しょうま</sup>匠馬君は「とても大きいキクイモが採れた。とても楽しかったです」と笑顔で話していました。

TOPIC

3

楽しみながら  
バドミントンを学ぶ10  
22

## チャンドラさん流バドミントン教室

町教育委員会は、スポーツ国際交流員のマデ・チャンドラ・ベラタさんが講師を務める「チャンドラさん流バドミントン教室」を開催しました。

初回となるこの日は17人が参加し、初級者と中・上級者に分かれて、それぞれ異なる練習メニューを行いました。教室は3月まで行われる予定です。

参加した久保真一さんは「子どもがバドミントンをやっているのと、白糖町には最近引っ越してきたので、交流をしたいと思い参加しました」と話していました。



チャンドラさんから指導を受ける参加者