

町内在住の小学生と
その保護者

親子料理教室

食べるチカラを育てよう！
親子で楽しくお手軽クッキング

講師 料理研究家 浜内 千波さん

徳島県海洋町出身。大学卒業後、会社員を経て岡松料理研究所へ入所。その後ファミリークッキングスクールを開校。雑誌や書籍をはじめ、テレビ、ラジオ、講演会、料理イベントで活躍。食材の味を生かした料理、野菜料理は特に定評がある。

料理研究家 浜内千波さんを講師に迎え、サバ缶とおからの混ぜご飯、鶏もも肉と野菜ジュースのさっと煮をつくりまします。簡単だけど新しい、そんな料理をみんなで作ってみませんか？

参加費
無料

とき 10月5日(土)

午前11時30分～午後1時30分(受付 午前11時～)

ところ 刈谷市総合文化センター アイリス



講師

Dr. うらっシュ
水野 正明さん

名古屋大学医学部附属病院 先端医療開発部 部長
緒川在住。全世代を対象にした健康づくりを推進し、国の政策のひとつである健康寿命の延伸に取り組む。専門は脳神経外科。

講師

健康運動指導士
伊藤 敦子さん

ドイツ・ミュンヘン工科大学、デンマーク・オレロップ体育アカデミーなど海外での体操研修や発表を多数経験、35年間健康体操の開発・指導を重ねてきた。2010年より「健康体操教室ハローフレンズ イノア」を主宰。

骨折予防
プロジェクト

講演会

「運動」から

40～70代の女性

骨折予防

運動×骨折予防 身体の芯から美しく

Dr. うらっシュこと水野正明さんと健康運動指導士の伊藤敦子さんを講師に迎え、運動と骨折予防に関するお話や、骨量が減りやすい女性に向けた手軽で楽しい骨折予防に役立つ運動を伝授します。当日は講師による運動指導がありますので、軽い運動のできる服装でお越しください。

参加費
無料

とき 10月12日(土)

午後1時30分～3時(受付 午後1時～)

ところ 文化センター

アジア大会・世界大会報告会

- アジア選手権大会【ジュニア女子シングル部門 準優勝】
 - スズキワールドカップ2024第35回エアロビック世界大会【ジュニア女子シングル部門 優勝、ジュニアミックスペア部門 優勝、ジュニアトリオ部門 準優勝】
- 知崎 百華さん(石浜)



パリオリンピック派遣激励会



- パリオリンピック2024
自転車ロードレース コーチ
- 中根 英登さん(森岡)

全国大会激励会

- 第48回全国高等学校総合文化祭
郷土芸能部門「和太鼓」
- 押本 悠永さん(森岡)
富永 桃乃さん(藤江)
鈴木 綾さん(緒川)



- 第38回全日本小学生女子ソフトボール大会
- 宮崎 友菜さん(石浜西小6年)
宮崎 和葉さん(石浜西小3年)
黒木 凛音さん(石浜西小3年)

- エイジェックカップ 第52回日本リトルシニア日本選手権大会【中学生硬式野球】
- 小田 智一さん(藤江)
- 令和6年度全国高等学校総合体育大会剣道大会
- 高柳 翔真さん(緒川)



- とびうお杯 第39回全国少年少女水泳競技大会
- 尾崎 匠さん(石浜西小6年)
中山 未来さん(藤江小6年)
- 第41回全国少年少女レスリング選手権大会
- 笠本 大地さん(生路小5年)
笠本 陸斗さん(生路小3年)

食の循環を学ぼう!

今回は「調理」「食べる」を体験します!



- 対象 町内在住の小学生とその保護者
 - 定員 18組(2人1組)
※応募者多数の場合抽選
 - 申込み 9月17日(火)までにあいち電子申請・届出システムから申込み
 - 協力 日本乾燥おから協会、カゴメ株式会社
 - 問い合わせ
- 申込みはこちらから
- 保健センター
☎83-9677



- 対象 町内在住、在勤で40～70代の女性
 - 定員 50名程度(先着順)
 - 申込み 9月6日(金)～30日(月)に電話または直接申込書を問い合わせ先へ。またはあいち電子申請・届出システムから申込み
- ※申込書はふくし課で配布または町ホームページからダウンロード
- 問い合わせ
- ふくし課 内線129

申込みはこちらから

