



赤ちゃん人形を使ってオムツ替え体験をする参加者の皆さん

9/4

こんにちは赤ちゃん！ 「プレママ・プレパパ教室」を開催しました！

はぐくみ館は、出産を控えたプレママ・プレパパのみなさんを対象にした教室を開催しました。

これは、親になるという意識の芽生えや、妊娠期から産後・子育てに関する知識を学ぶことを目的として実施しています。

この日は、町内在住の島津恵子助産師を講師に招き、妊娠中の生活や子育てをしていく上で役立つ話などを聞きました。

参加者は、赤ちゃん人形を使っての沐浴体験や妊婦ジャケットを着用しての疑似体験なども行い、「お腹が大きくなると、動くのがこんなに大変になるとは思わなかった」、「妻への感謝の気持ちが湧きました」などの感想が聞かれました。



子どもの月齢に合わせて、食材をすりつぶしたり、刻んだりしました

9/8

離乳食がはじまる赤ちゃん和家人のための もぐもぐ教室を開催しました

町は、離乳食がはじまる赤ちゃん和家人のための「もぐもぐ教室」を開催しました。

これは、離乳食に関する正しい知識や技術を学んで、母子の不安軽減を図ることを目的としています。

この日は、6組の親子が参加し、大人の料理から取り分けして作るみそ汁や電子レンジで簡単に作れるおかゆなど3品を作りました。

参加者からは、「疑問に思っていたことが解決できました」、「これから家でやってみようと思います」などの感想が聞かれました。



多くの皆さんに、ながす金魚を配布しました

8/29

夏の風物詩 つかさの湯でながす金魚PR

玉名温泉つかさの湯で、夏の風物詩である「ながす金魚」を配布しました。

このイベントは、ながす金魚の良さをもっと知ってもらうことを目的に、同施設と本町が連携し毎年実施しているものです。

この日は、子どもから高齢者までたくさんの来場者の皆さんにながす金魚を配布し、「ことしもお祭りがなく金魚を見る機会がなかったからうれしい」、「家に帰って大事に育てたい」などのうれしい感想が聞かれました。



片足立ち「何秒できるかな？」

9/6

シニア男性の健康教室 これカラダ(身体)健康教室スタート

町は、「シニア男性のこれカラダ健康教室」の開講式を行いました。

これは、65歳以上の男性を対象に、介護状態にならないためのフレイル予防や地域での仲間づくり、食の自立などを目的に行われているものです。

この教室では、元気あっぶ体操や調理実習、栄養・口腔の話などをおとして、参加者がいきいきとした暮らしを送れるように、町の管理栄養士や歯科衛生士など多くのスタッフがサポートをしていきます。

初日は、体重、基礎代謝量などの体組成測定や握力、片足立ちなどの体力測定をし、全てのプログラム(全12回)が終了するころに改めて測定を行い、自身の体の変化を確認します。