

健康的なからだをつくろう

10/27



▲セミナーの一環として柔軟体操に取り組む参加者



▲お父さんに手伝ってもらいながら調理する子どもたち

東京オリンピック・パラリンピック 登別市ホストタウンプログラム

運動と食事をテーマとした父と子の親子料理教室

10月27日(土)、しんた21で、栄養バランスや料理の楽しさなどを学ぶことを目的とした、親子料理教室(市・登別市食生活改善推進員協議会主催)を開催しました。

この日は、ホストタウンプログラムの取り組みとして、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のゴールドパートナーである(株)明治の栄養士を講師として招き、食育セミナーも実施。参加した12組の親子は、オリンピック金メダリストの食事メニューを例に、バランスの良い栄養の取り方や食べることの大切さを学んだほか、運動後の体の変化を感じることを目的とした体操を行い、日々の食生活や運動習慣を振り返っていました。

その後の料理教室では、チーズやヨーグルトなど、カルシウムが豊富な食材を使ったメニュー3品を保護者たちと一緒に調理。作り方をこまめに確認しながら、約1時間30分で料理を完成させました。

お父さんと参加した青葉小学校5年生の田中咲希(たなかさき)さんは、「みんなで料理を作ったのが楽しかった」と笑顔で話してくれました。



▲各町内会が行った携帯電話などの充電サービスの取り組みなどについて聞き入る参加者(富岸地区・富久寿園)

マカオの世界へご案内

登別市民憲章制定50周年記念 平成30年度第5回国際理解講座

10月31日(水)、市民会館で、『平成30年度第5回国際理解講座』(市主催)を開催し、33人が参加しました。

今回は、日本工学院北海道専門学校(留学生である李家豪さんをお招きし、出身地マカオについて紹介。名物のエッグタルトや春節(旧正月)祝賀パレード、東京タワーとほぼ同じ高さであるマカオタワーからの世界最長のバンジージャンプなどについて、たくさんの写真や動画を交えながら、話しを聞かせてくれました。

動画をみた参加者は、目と耳でマカオを身近に感じることができました。



▲マカオの観光名所や行事、グルメなどについて説明する李さん(左)

10/31

災害に強く住みよいまちへ

平成30年度地区懇談会

市民の皆さんに市の取り組みをお知らせして意見交換を行うとともに、各地域が抱える課題などについて市民と市長をはじめとした職員が懇談する『平成30年度地区懇談会』(市主催)を10月30日(火)から11月21日(水)にかけて、市内の10会場で開催しました。

今年度は、9月6日(木)に発生した『平成30年北海道胆振東部地震』への対応について意見交換などを行いました。

他の地域の取り組みを聞いた市民の皆さんは、『次』の災害へ取り組むべき課題を認識し、今後の活動への参考としていました。

10/30
~
11/21