

公民館だより

発行元：入谷公民館 ☎ 46-5103

2016

8月号

発行日：平成28年8月1日

東京神田ロータリークラブよりひがし幼稚園にエアコンが！

震災以来各地に継続的な支援を行っている、神田ロータリークラブより、7月19日にエアコンの目録が贈呈されました。エアコンは本日より利用開始で、子供達も快適に夏を過ごすことができます。ギターや三味線でのアンパンマンマーチの演奏もあり、一緒に元気いっぱい歌い、最後にお礼の挨拶を全員で行いました。地元婦人会の方々も参加し、子供たちの喜ぶ様子に元気をもらいました。



入谷地区いきいきクッキング ～食生活から健康づくり～

今年も手軽に楽しみながらできる、健康づくりを目的に「いきいきクッキング」が開催されました。7月1日（金）6区・7区は四季の里で、7月8日（金）8区・9区は林際生活センターで、7月14日（木）10区は清流会館で実施されました。会場では、「食と健康」をキーワードとした講話、調理実習・懇談、そしてヘルシーな美味しい料理を食べた後、脳トレ軽運動でリラックスしました。適正な食生活と適度な運動で健康を保ち長生きしましょう!!

