

# げんき

岡崎げんき館市民会議

# はっしん!

2024年  
10月号



げんきカレンダー・親子クッキング③ 10/6(日)

## 《こどもサポート部会》

親子と学生で焼き餃子とスイートポテトを作りました。一緒にメニューを見ながら餃子の皮を上手に包んだり、さつまいもをマッシャーで潰したり、とても楽しそうな様子が見られました。



## 地域ふれあい健康教室② 10/31(木)

### 《運動サポート部会》・《栄養サポート部会》

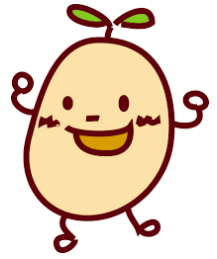
申込締め切り時には定員20名に良いお返事が出来ましたが、キャンセルがあり19名となりました。運動と料理がセットになった講座がきっかけで申し込みをされた方も多く、また楽しんでいただけた様子がアンケートからも伺えます。

【料理の部】定員人数で調理実習ができて良かったです。12時には、調理実習も終了して食事を開始することが出来ました。簡単で美味しく出来上がり、とても好評でした。



秋のげんきまつり 10/14(月・祝)

# 秋のげんきまつり市民会議全体



ほぼコロナ前の形に回復して開催され、どのブースも大盛況でした。



皆さんよろしく  
お祈りします!



受け付けは  
すぐにいっぱい  
です。



栄養士会

3色バランス  
釣りゲーム



歯科医師会  
歯科衛生士会



運動サポート部会  
健康づくりリーダー

うちわ返し



大にぎわいの多目的室



3階講堂



\*次の事業に参加するとマメポイントがゲットできます。

12月15日(日) げんきカレンダー・クリスマス会

## 令和6年度岡崎げんき館市民会議の年間活動予定

実施月	開催事業	担当部会
6月	地域ふれあい健康教室① 6/4(火) げんきカレンダー・親子クッキング② 6/9(日) 栄養ステーション① 6/16(日) 健康づくり講座② 6/18・7/2・16(火) おもちゃ図書館・きらら料理教室① 6/22(土)	運動・栄養サポート部会 子どもサポート部会 栄養サポート部会 運動サポート部会 子どもサポート部会
7月	げんきカレンダー・講演会 7/7(日) テーマ別料理教室①・地産地消 7/7(日) 健康づくり講座③ 7/30・8/6・20(火)	子どもサポート部会 栄養サポート部会 運動サポート部会
8月	栄養ステーション②③ 8/24(土)・8/25(日) テーマ別料理教室・夏休み親子 ②8/2(金)、③8/3(土)、④8/4(日) おもちゃ図書館・きらら料理教室② 8/31(土)	栄養サポート部会 栄養サポート部会 子どもサポート部会
9月	テーマ別料理教室⑤・男性の料理 9/8(日)	栄養サポート部会
10月	げんきカレンダー・親子クッキング③ 10/6(日) 健康づくり講座④ 10/9・16・23(水) 地域ふれあい健康教室② 10/31(木) 秋のげんきまつり 10/14(月・祝)	子どもサポート部会 運動サポート部会 運動・栄養サポート部会 全体
11月	健康づくり講座⑤ 11/8・15・22(金) テーマ別料理教室⑥・食文化継承 11/10(日) ウォーキング教室② 11/20・27・12/4・11・18(水) おもちゃ図書館・きらら料理教室③ 11/30(土) 健康づくり⑥ 11/27・12/11・25(水) 健康づくり講演会 11/9(土) 地域ふれあい健康教室③ 11/26(火)	運動サポート部会 栄養サポート部会 運動サポート部会 子どもサポート部会 運動サポート部会 運動サポート部会 運動・栄養サポート部会
12月	栄養ステーション④ 12/15(日) テーマ別料理教室冬休み親子⑦12/7(土)・⑧12/8(日) げんきカレンダー・クリスマス会 12/15(日)	栄養サポート部会 栄養サポート部会 子どもサポート部会
R7年 1月	ウォーキング教室③ 1/15・22・29・2/5・12(水) 地域ふれあい健康教室④ 1/30(木) おもちゃ図書館・きらら料理教室④ 1/25(土)	運動サポート部会 運動サポート部会 運動・栄養サポート部会 子どもサポート部会
2月	栄養ステーション⑤ 2/15(土)	栄養サポート部会
3月	市民フォーラム 3/1(土)	保健サポート部会・全体

\*都合により変更することがあります。詳細はホームページ、市政だよりをご参照ください。