

子育て
支援

今年も大人気！！ かほっくるの夏イベント 🌻

『かほっくるに泊まろう！』
毎年大人気のイベントを今年は計2回開催しました。
夜はプラネタリウム、防災ベッドの組み立てに始まり、
2日目はカレー作りや逃走中など、内容盛りだくさん！
参加者の最高の笑顔がたくさん見ることができました。



『かほっくるスクール🏠』

今年は「思いやりってなんだろう？」をテーマに
5日間様々なことにチャレンジしました。メイン
企画の「かほっくるみらい会議」では、おやくそ
くポスター作りに挑戦！個性あふれる素敵なポス
ターが完成しました 🌟
かほっくる館内に掲示してありますのでご来館の
際はぜひご覧ください！

イベントにご協力いただいた皆さま、ありがとうございました！

健康
づくり

e スポーツ体験会🎮を実施！

ぶよぶよ e スポーツ対戦を楽しんでいただきました。
今回は親子向けの体験会でしたが、ぶよぶよ
を初めてプレイする子ども
たちがほとんどで、コツを
掴むのに頭を使って楽しん
でいる様子が見られました。
お父さん、お母さんからは
「懐かしい！」といった声
も聞かれました。



教室

フィットネス

『パレットまつり』を 開催しました 🍉

8/9(日)にパレットまつりを開催しました。今年は
ステージ発表をメインとし、参加者全員でボクシ
ングエクササイズを楽しんだり、ミニゲームも実
施！ご参加いただいた皆さんありがとうございました
😊
今後もパレット会員さん
同士の交流ができる機会
を増やしていけたらと考
えております 🙌



学校連携

夏休みは学童へ運動指導&教員対象の講座を実施！



夏休み期間は学童への運動指導を計15回実施しました。学童だけでは十分に体を動
かして遊べない子どもたちにとってリフレッシュになったり、スポーツへの苦手意
識をなくすことを目的とし、あそびの延長で協力ゲームや対決をしながらみんなで
汗を流しました ✨

かほく市内の小中学校教職員を対象に、日頃の疲れを癒すことを目的にリラクゼー
ション講座（ストレッチや呼吸法など）を実施。保健体育の教員を対象に、日常の
体育や部活動で応用できる”運動前後のストレッチ”の指導研修を開催しました。

パレットの活動を応援してくださっている法人様のご紹介

パレットサポーター

・(株)まつや



正会員

- ・オカダ合金(株)
- ・北辰化成工業(株)
- ・(一社)Be.カラフル
- ・(一社)スポーツコミッションかほく
- ・(学)宇ノ気学園
- ・(税)表会計事務所

賛助会員

- ・高井接骨院