



鉄

東

地

区



2024年(令和6年)1月～12月の主な健康づくり活動(計画／実績)

- | | | | | | |
|------|------|---------------------|------|--------------------|--------------|
| ☆1月 | 鉄東地区 | 『冬の祭典』 | ☆8月 | 鉄東地区 | 市民大運動会 |
| ☆3月 | 鉄東地区 | 地域健康の集い講話 中止 | ☆10月 | ひがしく健康・スポーツまつり2024 | |
| ☆5月～ | 鉄東地区 | 新生公園でのラジオ体操 | ☆10月 | てっとう ウォーキング | |
| ☆6月 | 鉄東地区 | 男女ソフトボール大会 | ☆11月 | 鉄東地区 | ボウリング大会 |
| ☆7月 | 鉄東地区 | 三世代ふれあい交流夏祭り | ☆12月 | 鉄東地区 | 新生もちもち亭(餅つき) |

『てっとう ウォーキング』2024. 10. 22開催



※紅葉の季節に初めての試みで北大イチョウ並木を散策し、綺麗な景色を眺め、健康寿命の増進に努めました。

『鉄東三世代ふれあい交流』2024. 7. 26開催



※てっつい夏祭りの子育てサロンコーナーに健康づくりブースを設け、活動紹介と健康測定を行いました。

『鉄東 市民大運動会』2024. 8. 25開催



※6つの分区300人が参加し、健康増進と連帯意識の高揚を図りました。

『鉄東ボウリング大会』2024. 11. 3開催



※日頃の運動不足を解消のため、一投入魂で奮闘！競技後は表彰式を兼ね、懇親会で慰労しました。