



栄東地区



健康ウォーク歩こう運動

5月2日(木)

円山公園・動物園・
北海道神宮

円山公園・北海道神宮・円山動物園を見学しました。桜の開花が早かったため、見頃は過ぎていましたが、散った桜を踏みしめながら、散策しました。みんなで一緒に歩くことで、知らず知らずのうちに歩行を重ね、「誰でも」「無理なく」「楽しく」できる健康づくりを行いました。

6月20日(木)

中島公園・札幌コン
サートホール Kitara

中島公園を通り抜け、コンサートホールKitaraに到着後、ボランティアの案内のもとホール内を見学しました。めったに見ることのできない裏側や詳しい解説を交えた見学ツアーを通して、一味違ったウォーキングになったことでしょう。

9月24日(火)

サッポロさとらんど

秋晴れの青空の下、緑一面の芝生を散策したあと、介護予防センター栄・丘珠の職員と共に童心に戻り、「花いちもんめ」「お手玉ゲーム」で脳トレなどに興じました。運動後にみんなで食べるジンギスカンは格別でした。

10月24日(木)

北海道大学
イチョウ並木

北大の北13条門を抜け、東西の約380mある道路の両側に、70本あまりのイチョウの木が並びます。上を見上げると黄色いイチョウの葉が空に重なって美しく、秋の紅葉を堪能しながら、構内を散策しました。

11月28日(木)

つどい
ランニングコース

つどい内のランニングコースは、内側がランニング、外側がウォーキングに分かれており、参加者それぞれのペースで1周400mのコースを歩くことができます。入念な準備運動を行った後、思い思いに気軽な健康づくりを楽しんでいました。



女性部長会議

6月12日(水)

日の丸会館

町内会活動の重要かつ中心的な役割を担う女性部長同士が一堂に会して、各町内会で女性部も関わって実施している事業等の情報提供がなされました。また、SNSを活用した投資詐欺が頻発していることから、札幌方面東警察署生活安全課による講話もありました。



ふれあいお食事会

10月16日(水)

日の丸会館

感染防止に配慮し、2部制・お弁当の持ち帰りで開催し、一人暮らし高齢者と福祉協力員など109名が参加しました。前半は、警察庁制作の「STOP詐欺被害」のビデオを上映し、後半は、介護予防センター栄・丘珠の職員の指導によるタッピー体操と早口言葉を行いました。



女性部研修会

6月24日(月)に「女性部研修会」を開催しました。33名が参加し、北広島市の『Fビレッジ』と恵庭市の花の拠点『はなふる』を訪問しました。まず、ファイターズガールのガイドによるスタジアムツアーに参加し、球場の施設を見学しました。その後、『はなふる』で昼食を取りながら、女性部同士の情報交換をして、食後は農産物の買い物などを楽しみました。



演歌体操教室

女性部では、毎月1回、昔懐かしい演歌やポップに合わせて楽しく体操やストレッチを行う「演歌体操教室」を開催しました。講師の巧みな話術で参加者の笑顔が絶えず、楽しく体を動かすことができました。楽しく、無理をせず、できる範囲で健康づくりができるこの演歌体操は、栄東地区で絶賛ブレイク中です。

