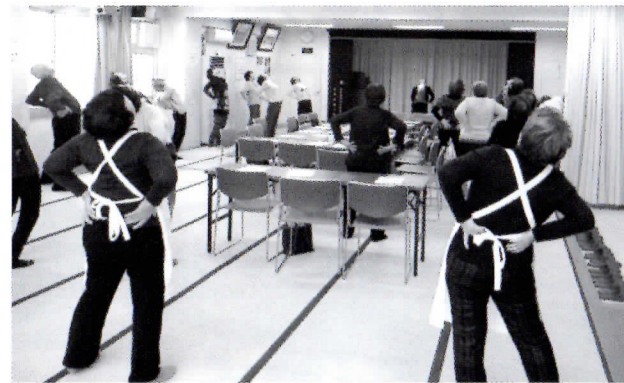


すこやか倶楽部

すこやか倶楽部は、札幌市の介護予防事業として介護予防センターが主催する『健康づくりや介護予防』を目的とした交流会です。毎月第3火曜日の午前、豊水会館で健康講話、転倒予防のための体操、料理教室、小物作りなど様々な内容で開催しています。

また、保健師による健康相談や血圧測定なども随時行っております。

豊水地区にお住まいの概ね65歳以上の方であれば、どなたでもご参加いただけます。自由に見学もできますのでお気軽にご来場してください。年間の予定も福まちだよりに掲載しております。



豊水地区健康づくりフェスタ ～中島公園ウォーキング～

平成27年9月29日(火)、中島公園において、第4回目となる豊水地区健康づくりフェスタ(中島公園ウォーキング)を開催しました。当日は、さっぽろ健康スポーツ財団の運動指導員を講師として招き、弥彦神社において、正しい歩き方などの講話を行った後、1キロコースと2キロコースに分かれて、中島公園内をウォーキングしました。参加者24名の方々が、澄み渡る秋空の下、ストレッチを十分に行った後、無理のない距離で自分のペースで気持ち良く歩いていました。

平成28年度福まち年間行事予定

福まち	7月下旬～8月上旬 8月中旬	ラジオ体操 ふれあい盆踊り	9月中旬 9月上旬	敬老お祝い会 パークゴルフ大会
すこやか倶楽部	4月 食に関する講和 5月 転倒予防教室(ふまねっと) 6月 壁飾り作り 7月 体力測定体験と講和 8月 うちわ作り 10月 薬についてのお役立ち講和	11月 脳トレ・体操 12月 お正月向け創作物 1月 新年交流会 2月 茶道&雛人形飾り 3月 ハンドケアとマッサージについての講和		

*日時、内容に依りては、都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい
問合せ先 介護予防センター北一条 ☎251-1340

子育てサロン 平成28年7月28日、8月4日、平成29年1月12日、3月2日、3月30日

ほうすい地区福まちだより

平成28年発行(第13号)
発行 豊水地区福祉のまち推進センター
〒064-0808
札幌市中央区南8条西2丁目
豊水地区まちづくりセンター内
TEL011-521-0204

子育てサロン

平成27年度の豊水地区の子育てサロンは、中島児童会館の春、夏、冬休みの時期に合わせて、豊水会館の2階和室を会場に年7回開催されました。ボランティアスタッフも遊具を用意して消毒綿でおもちゃを清潔にして、参加した子どもさんと遊んだり、赤ちゃんを抱っこしたり、また、保護者の皆さんもそれぞれ子育ての情報交換を行ったりしています。春休みの3月には、ひな祭りに合わせてひな人形の前で記念写真を撮り、桜餅を一緒に食べ、また、端午の節句には5月人形の前で記念写真を撮り、柏餅を食べて歌を唄ってお祝いをいたしました。



子育てボランティア 募集中

春・夏・冬休みに開催する子育てサロンで、子供と一緒に遊べるボランティアを募集しています。(521-0204まで)



豊水地区パークゴルフ大会

豊水地区パークゴルフ大会が平成27年10月17日(土)に、豊平川パークゴルフ場(南7条大橋下流)で開催されました。当初は9月13日(日)の開催を予定していましたが、雨で2回ほど延期しての開催です。男性10名、女性8名の参加があり、最高齢者は87歳でした。豊水連合町内会の高柳副会長による開会の挨拶の後、Aコース、Bコースに別れて競技がスタートしました。

当日は秋晴れとなり参加した皆様は、とても楽しそうに、そしてお元気にスポーツの秋を満喫していました。

[男性の部]	優勝	馬庭 秀幸	103(Aコース28/25、Bコース24/23)
	準優勝	高橋 雄治	113(Aコース29/28、Bコース29/25、ハンデ2)
	三位	北條 丈人	122(Aコース30/31、Bコース30/31)
[女性の部]	優勝	中西 昭子	113(Aコース28/27、Bコース28/27、ハンデ3)
	準優勝	田村 ミキコ	120(Aコース29/31、Bコース30/28、ハンデ2)
	三位	高橋 幸子	123(Aコース30/29、Bコース29/35)