



鉄

東

地

区



2023年(令和5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』中止
- ☆3月 東区 グラウンドゴルフ大会(つどいむ)
- ☆〃 鉄東地区 地域健康の集い講話 中止
- ☆5月～ 鉄東地区 新生公園でのラジオ体操
- ☆6月 鉄東地区 男女ソフトボール大会
- ☆8月 鉄東地区 三世代ふれあい交流夏祭り
- ☆8月 鉄東地区 市民大運動会
- ☆10月 ひがしく健康・スポーツまつり2023
- ☆11月 鉄東地区 ボウリング大会
- ☆12月 鉄東地区 新生もちもち亭(餅つき)

『ラジオ体操』2023. 5. 1～10. 10開催



※新緑の季節から秋頃まで開催しております。夏休み中は子供が多数参加し、子供に元気をいただきながら健康寿命の増進に努めました。

『鉄東三世代ふれあい交流』2023. 8. 2開催



※てっち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』2023. 8. 27開催



※5年ぶりに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。

『ボウリング大会』2023. 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。