

鉄東地区の取り組み

平成 18 年度の主な活動内容

健康づくりは、朝のラジオ体操から

■ 新生公園ラジオ体操会が、コンクールで三部門優勝

創立4年目で、春の5月にスタートした「新生公園ラジオ体操会」（東区北8条東7丁目）は、10月9日の体育の日で終了しました。同体操会は台に上がった指導員の下、老若男女が毎朝平均約100名以上参加。特に、9月10日に行われた札幌地区「ラジオ体操会・みんなの体操コンクール」で個人の部、みんなの体操・団体の部、ファミリーの部が優勝するなど日頃の真摯な取り組みが輝かしい栄冠となり評価されました。

同公園ラジオ体操会会長の金田博年さんは「これも近隣住民の皆さんの健康づくりに取り組む姿勢と指導員さんの努力の結果。うれしいかぎりですね」と手放しの喜びよう。

平成11年度からの都市型健康づくりを牽引する同地域も、日頃の健康づくりが確実に定着しています。



力作揃いに見入る

● 第3回 15分区町内会が作品展を開催
平成11年度から健康づくりのモデル地区となりさまざまな事業を、ほかの地区に先駆けて取り組む鉄東第15分区町内会の健康推進部。

同地域のヘルスケア推進員（健康づくりボランティア＝佐久間昭夫代表）は、身体の健康に加え、川柳や書道、陶芸など趣味を生かし、メンタルヘルスに目を向けた作品展を11月6日から8日までの3日間東区民センター一階ロビーで開催しました。

会場はパネルに、会員の日頃の成果を結集した絵画や写真、書道など100点を展示。訪れた市民も「素敵な作品ですね」などと、見入っていました。



※ 順調に拡大する健康づくり効果北8通り・アマとホップのフラワーロード



▲ 斜め通り（ファイターズ通り）が第15回YOSAKOIソーラン祭り東区の唯一パレード会場に

◆ パークゴルフとグランドゴルフ大会を開く

鉄東地区第十七分区町内会では、健康づくりにパークゴルフが大人気。同地区のヘルスケア推進委員らが中心となり、毎月、近隣のパークゴルフ場はもとより、日帰りや一泊パークゴルフ大会を開催しています。漫歩計をつけて「好きなパークゴルフで気軽にウォーキングでき、心地よい汗が流せる最高のスポーツ」と、今年もパークゴルフ熱は更に拍車がかかりそうです。

また、冬季間の運動不足解消にと、今年の一月十八日（木）午前九時から十二時まで札幌コミュニティドーム・愛称つどいむで「鉄東地区グランドゴルフ大会」を開催。「冬期間の室内運動に、これからもグランドゴルフを大いに普及させたいですね」とパークゴルフとは、ひと味違った競技に、悪戦苦闘しながら、笑顔で日頃の腕前を披露し、ふれあいのひと時を楽しみました。



北光地区健康づくりセンターだより

平成 18 年北光地区最大のイベント「安心安全ふれあいまちづくりフェア 2006」は 4 会場に分かれて開催されました。健康づくりのブースは北光まちづくりセンター集会室に 7 機種 9 台の測定器を用意し又東保健センターのご協力を頂き、“健康相談コーナー”を設け広報活動を行いました。

平成 18 年度主な事業

健康づくり相談と講演会 8/24

健康食品ブームが進むなか「生活習慣と健康食品」をテーマに薬剤師 藤村 秀樹氏の講演と相談会を開催しました。会員約 50 名の参加がありメモをとられるなど講演終了後も熱心に質問相談をされていました。



講師 藤村 秀樹氏

北光フェア 2006 への参加 9/10

開催当日心配して天候も持ち直し、10時開催と同時に測定希望者が殺到し午前午後に分けてスタッフ 50 名を配置し、来場者約 250 名の対応にあたりました。

特に「骨密度測定」「血液サラサラ測定」は希望者が多く「健康相談コーナー」も大盛況でした。



骨密度を測定中です

三世代グランドゴルフ大会 11/15

今年は平日開催となり“つどーむ屋内アリーナ”で行い楽しい一時を過ごしました。

みかほ保育園児と関係者約 70 名、住民約 50 名が参加し、今回は競技終了後直ちに成績発表と表彰を行い参加者全員にも参加賞を贈りました。



岸田大会会長ご挨拶