

伏古本町地区

健康づくり推進会 平成25年の活動

現在の会員数86名、春4月に総会を、年間の活動計画を会員の皆さんに発表、承認を得ます。雪のない5月～10月は、ほとんどパークゴルフが主体です。毎月第2と第4の火曜日に行ない、移動は大型バスで、雨が降れば中止になります。今年は、東区健連協のパークゴルフ大会が、伏古本町地区が幹事になり8月29日に千歳のメイプルパーク場で開催。



※8月29日 表彰の後集合写真
(於千歳市 メイプルPG)



※東区健連協 駒込会長 表彰式挨拶

参加人員は53人、当地区会員の優勝で終了、快晴の下無事終了しました。

11月になりますと、インストラクター付きのストレッチが始まりましたが、参加者は僅か12人程で寂しくなります。

この現実を何とかしなければと思い、会員に声を掛けますが効果があがりません。

当健康づくり推進会は、無理をしないで、健康のため行事に仲良く参加する事を基本としています。これからは、福まちセンターと連携し尚一層活発な活動をして行きたいと思えます。特に注意点は、パークの移動する時、自家用車を使用しない事！！無事故・健康第一をモットーに暴飲暴食を慎み頑張ります。😊😊