

# 栄 東 地 区

## 【令和4年の主な活動内容】

| 健康ウォーク歩こう運動               |   |   |
|---------------------------|---|---|
| 5月6日(金)<br>円山公園・動物園・北海道神宮 | 円山公園内を散策し、北海道神宮を参拝した後に、円山動物園を見学しました。参加者たちは、散り遅れた桜や可愛い動物たちを愛でながら、春のウォーキングを楽しみました。    |    |
| 8月26日(金)<br>百合が原公園        | 公園までの道のりを約1時間歩いた後、タッピー体操と脳トレを行いました。緑豊かな公園の中で清々しい空気を吸いながら体と脳をほぐしました。                 |    |
| 9月15日(木)<br>サッポロさとらんど     | 園内の牛や羊、ヤギや馬を眺めながら敷地内を散策した後、園内周遊の馬車に乗り、心地よいそよ風に吹かれながら適度な運動を行いました。                    |    |
| 10月24日(月)<br>北海道大学        | 色鮮やかに色づいたイチョウ並木を始め、クラーク博士像、クラーク会館、蓮が密集した大野池を一周したあと、カフェテリア方式の学生食堂で昼食を楽しみました。         |    |
| パークゴルフ大会                  |   |   |
| 7月15日(金)<br>つどいむパークゴルフ場   | 3年ぶりの開催となった今大会は、45名が参加し、景品獲得を目指して、ショットガン方式で競技しました。和気あいあいと参加者同士の親睦も深めながら心地よい汗を流しました。 |   |
| ふれあいお食事会                  |   |   |
| 10月15日(土)<br>日の丸会館        | 感染防止のため、2部制・お弁当の持ち帰りで開催し、87名が参加しました。特殊詐欺の手口や被害防止について学び、軽い健康体操をして約1時間余りの短時間で実施しました。  |  |



### 女性部研修会

7月11日(月)、栄東連合町内会女性部(村木紀子・女性部長)主催の「女性部研修会」が開催されました。この日は24名が参加し、栗山町の「小林酒造」と由仁町の「ゆにガーデン」を訪ねました。お昼には、「ゆにガーデン」内のレストランで、ランチバイキングを楽しみながら、日ごろの町内会活動などの情報交換に花を咲かせました。感染防止に努めながら、こうした気軽な交流があることで、参加者の絆を深め、きっと今後の地域活動の活性化につながっていくことでしょう。

### 演歌体操教室

栄東連合町内会女性部では、毎月1回、昔懐かしい演歌を聞きながら、楽しく体操を行う「演歌体操教室」を日の丸会館で開催しました。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。心も体もすっきりです。楽しく、無理をせず、できる範囲で体操するのが演歌体操の真骨頂です。心地よい汗に参加者の皆さんは、大満足です。

