

丘 珠 地 区

「丘珠地区福祉のまち推進センター 健康づくり事業部の主な活動報告」

丘珠地区の健康づくり事業部では、高齢者が元気で過ごせるよう健康づくり活動として、月1回（第3水曜日）スマイル健康教室を開催しています。

今年は長引く新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、1月から3月までは活動を休止し、4月から再開しましたが、参加人数は以前より少なくなりました。7月以降は食品メーカー等企業の協力を得て健康講座を開催したり、健康づくりサポーター制度を活用し、人気講師を招いて演歌体操を企画したり、特殊詐欺の被害が増えていることから、被害防止のための札幌市の出前講座を開催したりして、参加人数も徐々に元に戻りつつあります。

今後もスマイル健康教室が参加者に喜んでいただけるよう、様々な企画を考えながら進めていきたいと思っております。

《令和4年の活動報告》

スマイル健康教室▼

開催月	活動内容
1月	健康体操、リズム体操 中止
2月	健康講座 リズム体操 中止
3月	健康体操、リズム体操 中止
4月	健康体操、リズム体操ほか
5月	健康体操、リズム体操ほか
6月	健康体操、リズム体操ほか
7月	健康体操、健康講座【(株)ヤクルト】
8月	健康体操、リズム体操ほか
9月	健康体操、健康講座【(株)明治】
10月	ゲーム大会、健康体操（東区健康スポーツまつり自由参加 パットゴルフ、輪投げ、ラダーステップほか）
11月	健康づくりサポーター（体操指導員 大高一郎先生）による演歌体操ほか
12月	札幌市出前講座 「振り込め詐欺被害に遭わないために」

