

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では、22年度に開校した「スマイル健康教室」を引続き毎月一回行っています。この事業では、健康講座やストレッチ体操、ウォーキング等を取入れて、日々健康で楽しい生活が出来るよう、様々な工夫を取入れ今後も続けて行きたいと思えます。



平成 23 年 7 月 20 日 (水)

「丘珠地区健康づくり事業部 研修会」

一寸遠出しサッポロキリンビール見学
後、恵庭のエコリン村でウォーキングを
兼ね園内を見学しました。(写真の動物
はアルパカ)



平成 23 年 7 月 20 日 (水)

エコリン村にて集合写真
「ハイチーズ!!」

今年
**「明るく元気で毎日を過せる
ようにしましょう!」**

23年度は、スマイル健康教室の
参加人員は1回平均40名でした。

今年各地区で行われるウォー
キング等も積極的に参加出来るよ
う、会員の皆様にアピールして行
こうと思えます。



平成 23 年 12 月 21 日 (水)

皆さん冬道は転んだら大変!
先生の指導で足腰を鍛える運動をし
ました。



平成 23 年 12 月 21 日 (水)

運動の後は、食事とおしゃべりで楽しい
一日でした。