

北 光 地 区

令和3年の主な活動内容

令和3年は、昨年に引き続き、北光地区健康づくりセンター実行委員会の総会以外の全ての活動が中止となりました。一昨年（令和元年）の活動状況をご紹介します。



＜さわやかウォーキング＞（令和元年の状況）

5月7日、「円山公園のさくら・動物園12年ぶり展示の象を楽しもう」をテーマに実施した。円山動物園や円山公園を見学、散策し、北海道神宮を参拝した。参加者69名。



さわやかウォーキング

＜クリーンウォーキング＞（令和元年の状況）

ゴミゼロの日（5月30日）に併せ、環境衛生部と共催で実施した。地区ごとにゴミを拾いながら北光会館に集合し、環境都市推進部環境計画課による講演「札幌市のSDGsの取り組みと今後の展開」を聴講した。参加者155名。



地域を知ろうウォーキング

＜地域を知ろうウォーキング＞（令和元年の状況）

7月24日、北光地区全体の学校や施設を回るA班と学校や施設が密集した地域を中心に回るB班に分かれてウォーキングを行った。参加者45名。



防災対策とウォーキング

＜防災対策とウォーキング＞（令和元年の状況）

9月9日、胆振東部地震から1年を経過したことを機に、自主防災組織連絡会と共催で、震度7の地震の発生により避難勧告が発令されたと想定し訓練を実施した。北光会館まで分区分ごとに徒歩で避難し、震度7の地震発生による東区の被害予想ビデオを視聴した。その後、北光地区災害対策本部の設置訓練を行った。参加者115名。

＜健康づくり相談会（医師会市民健康教育講座）＞

（令和元年の状況）

11月13日、「食事がもたらす元気な生活」をテーマに医療法人社団豊生会東苗穂病院副院長吉田祐一先生から講演をいただいたほか、血圧測定、握力測定、足指力測定が行われた。参加者50名。



健康づくり相談会