

伏古本町地区

健康づくり推進会 令和2年の活動報告

令和2年現在、会員登録数は68名。毎年4月に総会を開催して年間の活動計画を、会員の皆様に提案し、承認をいただき健康づくり事業を実施しています。4月は東区のウォーキングマップに掲載されている地区のコース(パールロード)でウォーキングを実施し年間の事業がスタートします。5月～10月までは、主にパークゴルフを月2回開催し楽しみながら歩く健康づくりを実施しています。地域の活動目標として「生活習慣病の予防で健康で明るい生活を送ろう!」を掲げています。

しかしながら今年は、新型コロナウイルス感染拡大により、5月・6月は中止となりました。7月以降は、「3密」に対して完全に参加者全員で注意をし、パークゴルフを楽しみました。10月には納会パークゴルフを実施し36名が参加しました。冬期間(11月～3月)は、まちづくりセンターでのストレッチや健康講話の予定でしたが、中止になりました。

令和3年は、一日も早い感染拡大の収束を祈りつつ、今後も地域の皆さんに声をかけ、「健康のため」「無理をせず」「みんな仲良く」を合言葉に、多くの方に参加してもらおうよう、活動していきます。

《活動内容》

開催日	活動内容
2月	ストレッチ 中止 健康講座・反省会 中止 ストレッチ(総会準備)中止
4月	総会及び ウォーキング大会(16名)
5月	パークゴルフ 2回 中止
6月	パークゴルフ 2回 中止
7月	パークゴルフ 2回(48名)
8月	パークゴルフ 2回(51名)
9月	パークゴルフ 2回(36名)
10月	パークゴルフ 1回(33名)
11月	ストレッチ 2回 中止



総会



ウォーキング大会



パークゴルフ



令和2年 パークゴルフ参加数 168名
令和2年 イベント参加数 184名