



## 2021年(令和3年)1月～12月の主な健康づくり活動(計画／実績)

☆1月	鉄東地区 第52回『冬の祭典』(新生公園)	… 中止
☆2月	東区 第18回健康づくりフェスティバル参加(東区民センター)	… 中止
☆3月	東区 グラウンドゴルフ大会参加(つど一む)	… 中止
☆5月～	鉄東地区 ラジオ体操(新生公園)	… 中止
☆6月	鉄東地区 男女ソフトボール大会(新生公園)	… 中止
☆6月	東区天使大学との交流事業「天使祭」参加	… 中止
☆7月	鉄東地区 三世代ふれあい交流夏祭り(東区民センター)	… 中止
☆8月	鉄東地区 第68回市民大運動会(新生公園)	… 中止
☆9月	鉄東地区 地域健康づくり教室(鉄東会館)	… 中止
☆10月	ひがしく健康・スポーツまつり2021参加(つど一む)	… 中止
☆11月	鉄東地区 第39回ボウリング交流会((オリンピア)	… 中止
☆12月	鉄東地区 新生もちもち亭(餅つき)(新生児童会館)	… 中止

### ☆☆2021年活動実績☆☆

#### 『鉄東会館に桜を咲かせに行こう!』 2021. 4. 1～5. 6まで開催(新規イベント)



長引くコロナ禍、外出自粛による体力低下、人と接する機会がなくなる懸念のため、自宅から会館まで歩いて訪れ、花びら型付箋に今の心境を記載し、桜の木が描かれた紙に貼り付けて、満開目指すイベントを開催しました。  
(一人1日1回押印のスタンプカードを用意し、5回分の押印で景品贈呈)  
残念ながら感染拡大のため5月6日で中止! 参加者22名、延べ人数70名で桜が7分咲きとなりました。  
あらためて地域の健康づくり、人とのつながりの大切さを感じる機会となりました。

### ☆☆2021年活動中止☆☆(主なもの)

#### (1)鉄東地区『冬の祭典』(新生公園:雪中運動会)

例年1月中旬 子供から大人まで参集、各競技で汗をかき、日頃の運動不足を解消しています。

#### (2)鉄東地区『地域健康づくり教室』

例年3月中旬 鉄東会館で約50名が参集し、医師の講話を受け健康寿命の知識を深めています。

#### (3)『ラジオ体操』(新生公園)

例年5月1日～10月10日迄開催 子供が多数参加され、健康寿命の増進に努めています。

#### (4)鉄東地区『三世代ふれあい交流てっちい夏祭り』

例年7月下旬 東区民センターで約200名が参集し、ゲーム等で三世代の交流を図っています。  
また、子育てサロンコナ-に健康づくりブースを設け、活動紹介と健康測定を行っています。

#### (5)鉄東地区『市民大運動会』

例年8月下旬 新生公園で約600名が参集し、16の分区対抗の伝統ある運動会で健康増進と連帯意識の高揚を図っています。

#### (6)鉄東地区『ボウリング交流会』

例年11月上旬 オリンピアポウルで約50名が参集し、日頃の運動不足解消のため一投入魂で汗をかき、健康づくりを推進しています。

#### (7)鉄東地区『新生もちもち亭』

例年12月上旬 新生児童会館で大人から幼児の250名が参集し、餅つきの体験、試食で笑味しながら地域交流を図っています。