

北光地区平成 25 年活動報告

- | | |
|--------------|-----------|
| ◆ 雪んこ大会 | 2月17日(日) |
| ◆ グリーンウォーキング | 5月30日(木) |
| ◆ 北光連町大運動会 | 7月 7日(日) |
| ◆ 健康づくり相談会 | 10月24日(木) |

グリーンウォーキング

「ごみゼロの日」に合わせて、連合町内会環境衛生部と北光地区健康づくりセンターが共催でグリーンウォーキングを実施し、約 200 名の方々が参加しました。当日は、朝は雨が降っていたが、参加の皆さんは、ピンクのウィンドブレーカーに安心安全サポート隊の腕章を着用し、ゴミ袋と火ばさみを持ち、道路に捨てられた空き缶、ペットボトル、たばこの吸い殻などのゴミを拾いながら北光会館まで歩きました。

終了後は、会館に集合して、清掃事務所からゴミの分け方についてのお話を聞きました。



健康づくり相談会

北光会館において北光地区健康づくりセンターの主催で「健康づくり相談会」が開催され、約 40 名の参加がありました。

今年は、「高齢者のうつ病」をテーマとして、啓生会病院の鈴木悠史医師の講演をいただいた。講演の後は、参加者からの質問にお答えいただきました。

その後は、東保健センターの皆さんのご協力をいただき、血圧・体脂肪・骨密度等の測定を受け、自分の身体状況をチェックしていました。

