

栄東地区

健康ウォーク歩こう運動

栄東地区では、平成3年度から継続して『健康ウォーク歩こう運動』に取り組んでおり、ほぼ毎月1回のペースで実施してきております。平成25年度はウォークと施設見学を組み合わせ、北海道神宮と円山動物園、エドウィン・ダン記念館、サッポロビール博物館、北海道開拓の村などを訪れました。参加者にも好評を博しています。

また、冬の間は「つどーむ」の周回コースでのウォークで運動不足を解消し、年3回実施する健康教室での豆知識も日常生活や健康づくりに役立てています。



円山公園（5月10日）



北海道神宮にて記念撮影

パークゴルフ大会

7月31日、つどーむ「パークゴルフコース」にて第12回パークゴルフ大会を開催しました。



健康体操・その他

「ふれあいお食事会」や「子どもとシニアの集い」では、年齢を問わずに楽しめるゲーム感覚の健康体操を取り入れています。

