



栄東地区



健康ウォーク歩こう運動

- 5月1日(木)** 円山公園・北海道神宮・円山動物園を見学しました。円山公園などの桜は、寒さで開花が遅かったため、見頃を迎えていました。みんなで一緒に歩くことで、知らず知らずに歩行を重ね、「誰でも」「無理なく」「楽しく」できる健康づくりを行いました。
- 6月5日(木)** 日の丸会館から百合が原公園まで40分ほど歩いた後、ユリや藤など色とりどりの花が咲く公園内をのんびり散策しました。女性部などの踊りを見本に、演歌体操や盆踊りを踊りました。「サッポロスマイル体操」の脳トレも行い、広々とした緑あふれる芝生の上で、踊りまでも楽しみました。
- 9月24日(水)** 秋晴れの青空の下、一行は、グループに分かれて園内を回り、囲いの中の羊や馬に餌をあげたり、売店で野菜や乳製品を買ったり、丘珠縄文遺跡の体験学習をしたりと、思い思いに過ごしました。ウォーキング後に仲間たちと食べるジンギスカンは格別でした。
- 10月23日(木)** 前庭の紅葉が色づき始めた赤れんが庁舎を見学しました。赤れんが庁舎の歴史やアイヌ文化・歴史、そして北海道遺産・文化などの展示があり、44名の参加者たちは、思い思いに庁舎内を歩きながら、その歴史を振り返りました。
- 11月25日(火)** つどーむ内のランニングコースは、内側がランニング、外側がウォーキングに分かれており、参加者それぞれのペースで1周400mのコースを歩くことができます。入念な準備運動を行った後、思い思いに気軽な健康づくりを楽しんでいました。



女性部長会議

- 6月11日(水)** 各単位町内会の女性部長を集め、女性部の各種事業計画を説明するとともに、町内会同士の情報交換を目的に実施しました。子育て世代を年数回集めた「パパママ会」、ホテルのバスを活用した研修会、子どもを対象にしたマルシェ、ユニークな映画観賞会など、地区内町内会での行事の工夫などが報告されました。



ふれあい交流会

- 10月16日(木)** 感染防止に配慮し、2部制で開催し、一人暮らし高齢者と福祉協力員など110名が参加しました。前半は、「日本三大盆踊りの地を映像で巡る(ビデオ放映)」で、各地の風景や盆踊りの背景などを解説とともに楽しみました。後半は、北海盆踊り普及連合会の講師と日本舞踊水城流師範の指導による“座ってできる盆踊り”を行い心地よい汗を流しました。



女性部研修会

9月10日(水)、女性部主催の「女性部研修会」が開催されました。この日は34名が参加し、『ロイズカカオ&チョコレートタウン』と『北欧の風道の駅とうべつ』を訪問しました。まず、チョコの原料となるカカオの栽培、収穫、加工からそれがチョコレートになるまで展示物を見ながら、見学しました。その後、道の駅で昼食を取りながら、女性部同士の情報交換に花を咲かせ、食後は農産物の買い物などを楽しみました。



演歌体操教室

女性部では、毎月1回、昔懐かしい演歌やポップに合わせて楽しく体操やストレッチを行う「演歌体操教室」を開催しました。講師の巧みな話術で参加者の笑顔が絶えず、楽しく体を動かすことができました。楽しく、無理をせず、できる範囲で健康づくりができるこの演歌体操は、栄東地区で絶賛ブレイク中です。



盆踊り教室

北海盆踊り普及連合会の講師と日本舞踊水城流師範の指導で毎月2回「盆踊り教室」を開催しました。北海道と言えば、北海盆踊りですが、全国の盆踊りや懐かしいディスコ・サウンドからポップな変わり盆踊りまで、知らず知らずに体力、筋力が向上し、健康づくりにも最適です。令和5年に30年ぶりに復活した「ひのまる公園盆踊り」は、日ごろの教室の成果の発表の場になります。

