

## ●みんなの気持ちがひとつに！ 区民手づくりの音楽祭

(12/2・第11回ていね音楽祭)



▲「前田北小学校6年1組」の皆さんによる合唱

すっかり恒例となった第11回ていね音楽祭が区民センターで催されました。出演者からは「本番が一番上手に演奏できた」との声も聞かれました。

「手話サークル・キキ」と観客の皆さんが一緒に手話を行いながら『しあわせなら手をたたこう』を歌いました



▲「サニーフィールズジャズオーケストラ」の皆さん



## ●真心をプレゼント

(11/23・一人暮らしのお年寄りとの昼食交流会)

札幌稲西高校ボランティア部が星置地区のお年寄りを招待し、昼食交流会を開きました。一緒に調理したり、夢を話したり、楽しいひとときを過ごしました。



▲色とりどりの便せんづくり。「うまくできるかな」



▲いいにおいがしてきました。「おいしそう！」

## ●共に学び実践する健康づくり

(12/4・「手稲鉄北ふれあい健康づくり」健康講座)

地域で健康づくりを進める健康講座が、曙第二会館を会場に開催され、更年期障害に関わる講話の後、参加者そろってのソフトエアロビクスでさわやかな汗を流しました。



▲ソフトエアロビクスで寒さなんか吹き飛ばせ！



◀「更年期障害の正体は？」講話の様子

# 広告欄