

介護予防フェア

11月2日(木)

午後1時～4時



区役所3階

大会議室・3C会議室・健康増進フロア

～介護予防で健康呼ぼう！～

介護予防の第一歩は、自分の体を知ることからです。

この機会に、自分の体についてたくさん発見をしてみませんか。

参加費無料。

当日直接会場にお越しください。

健康チェックコーナー・体操などでは、素足になっていただくことがありますので、着脱しやすい服装でお越しください。また、簡単なアンケートを実施しますので、必要な方は老眼鏡などをお持ちください。

① 身体機能チェックコーナー（手軽にチャレンジ！あなたの脚力やバランスは年齢相応？）

② 介護予防に役立つ話と体操

③ 健康チェックコーナー（血圧測定、握力測定、体脂肪測定、足指力測定、骨密度測定、血管年齢測定）

* 骨密度測定と血管年齢測定は、測定に時間がかかり、混雑が予想されますので、①午後1時～50人、②午後2時～50人、③午後3時～50人に限らせていただきます。各回10分前から大会議室前で整理券を配布しますので、測定を希望する方はご了承のうえ参加してください。

④ ビデオ上映「雪道の歩き方と転倒予防トレーニング」

⑤ 相談コーナー（保健師、社会福祉士、ケアマネジャー、精神保健福祉相談員など）

⑥ 福祉用具（冬のお出かけ用品）の展示、各種パネル展

※内容の詳細につきましては、町内会の回覧チラシでご確認ください。

※体操に参加された方には記念品を差し上げます。

詳細：保健福祉課保健支援係 ☎889-2400（内線358）

清田区役所のホームページ「きよたファン倶楽部」でも、さまざまな行事の様子を写真で紹介しています。
<http://www.city.sapporo.jp/kiyota/event/photo/>



8/23 第1回（仮称）清田区地区センター建設検討委員会

平成20年開設予定の地区センターが使いやすい施設となるよう、基本設計に住民意見を反映させるための委員会が開かれました。

住民の代表として公募で選ばれた20人の検討委員は、図面などを見ながら、利用者の視点で改善すべき点などについて意見を出し合いました。



9/4 平岡公園小学校児童が車いすを贈呈

全校集会の場で、児童らが苦労して集めたリングプルで交換した車いすの贈呈式が行われました。同校の回収の取り組みが始まったのは平成12年から。今年8月には600キログラムの大台を達成しました。届いたばかりの真新しい車いすですが、これまで回収にかかわってきた、たくさんの児童の真心とともに、区内の介護老人保健施設に贈られました。



9/11 清田中央地区に地域主催の子育てサロンがオープン

区内で9番目となる地域主催の子育てサロン「さくらキッズ」が、清田中央地区に誕生しました。会場の清田南町町内会館には、44組102人の親子らが集合。子どもたちはたくさんのおもちゃと多くの遊び仲間で大喜びしていました。その傍らでは保護者同士も子育て談義に花を咲かせるなど、会場全体に笑顔があふれていました。この子育てサロンは、今後、毎月1回（月曜日の午前）開催されます。

