

ふれあい 新発寒

発行
新発寒まちづくり委員会
新発寒まちづくりセンター
札幌市手稲区新発寒5条4丁目
電話 011(684)5557



令和4年3月31日(第93号)

ふれあい いきいきサロン

令和4年2月18日(金)「ふれあい いきいきサロン」が新発寒地区センターで開催されました。

今回は札幌秀友会病院リハビリテーション科の杉原先生をお招きし、「ひざの健康度チェック!」～膝の健康を維持しましょう～について講義をいただきました。

「老化現象等により筋肉の衰えが見え始めると、人間は楽な姿勢を取りたがるので悪循環となってしまう。悪くなる前に筋肉を維持するストレッチを行いましょう。」との内容でした。

参加者は、真剣に講義を聞くとともに質問等も多くあり。有意義な時間を過ごしました。



爽快にウォーキングを楽しみませんか

暖かい陽射しや心地よい風を感じながら、健康づくりリーダーと一緒にウォーキングをして、心も体もリフレッシュしましょう。

- 5/23から10月末まで(8月を除く毎週月曜開催)
- 新発寒地区センター9時45分集合

5/16(月)はウォーキング講座、6/13(月)はノルディックウォーキング講座を開催!
※専門講師が正しい歩き方のコツを伝授してくれます。(写真は令和2年度実施)



雪に親しむつどい

今年も昨年同様、密を避けて各自宅の敷地で楽しめる事業が開催され、町内を歩く人達の目を和ませていました。

わらび連合町内会「家前雪まつり」

2月5日(土)、「家族が力を合わせて、寒さに負けず、雪に親しむ」とのコンセプトで「家前雪まつり」が実施されました。

各家庭前には雪だるまや小雪像が飾られており、道行く人たちも楽しそうに見ておられました。



新発寒向陽町内会「ミニ雪像づくりコンテスト」

2月13日(日)、「ミニ雪像コンテスト」が実施されました。

各家庭の敷地内に、概ね 1.5m×1.5m×1.5m の大きさで雪像を作るというもので、様々な雪像がお目見えし、町内会がミニ雪まつり会場のようになっておりました。



青色防犯パトロール隊とは

平成18年に「犯罪のない新発寒をつくる」ことを目的に地域の皆さんで組織された団体で、青色回転灯をつけた防犯パトロール車が年間50回程度、地域を巡回しています。

現在32名の隊員・リーダーが、地道に私たちの安全安心を支えてくれています。右のステッカーを貼った車を見かけたら、ご声援をお願いします。

