

第6回健康フェアとよひら開催される!!

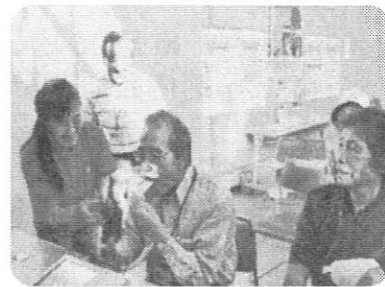
去る平成 27 年 9 月 27 日第 6 回目の[健康フェアとよひら]が豊平会館の体育室で開催された。今年開催に当り過去の反省を踏まえ、立案計画設定全ての作業の実行者を我々自身の手で 10 回もの準備会を経て、各部会担当者が協力し合い実施となった。生憎天候に恵まれ無かったが、盛況裏に終えることが出来たことは幸運であった。又多くの課題やら、反省事項もあったが、次回への参考とし更なる充実を願って反省への記録としたので、次回への楽しみも出来たと思う。



今回人気のコーナーに異変!!
それは食生活改善コーナー
の試食会である。
話を聞いて駆けつけたときには
既に遅し、今年はチャンスに遅
れたけれど、来年は一番乗り
をと今から期待する一人である



体験 コーナーはマッサージ。昨年と
変わらぬ人気で順番が来るまでが
ホントにしんどい。見ている方がくた
びれる。やっと自分の施術の番、気持
の良さに生きる幸を感じずる時ですね!!



骨密度の測定では左右足の
何れかで測る。此処での測定
は大体実年齢に近い数値が通
知されるが、私は 15 歳若く記
録されたので、やれやれです。



肺活量の機械が新品となった
ので、50 代ですよと叫ばれる声
に一喜一憂する人達で今年も
盛況の状態であった。



昨年より毎年行っていた講演を
「笑いヨガ」に変更し 福を呼ん
で見たが、今年カーリンコ
と歌声に変え講師の「石沢佳子」
さんに託した。彼女のアコーディオン
は懐かしの青春を思い浮かばせ、
さて私は幾つになった?カーリンコ
は如実にその積年の体力を知らさ
れ、力不足にガッカリ…。(中 村)

各町内会での福祉活動の紹介

「第16回お楽しみ演芸大会」

平成27年10月18日、恒例の地域老人クラブ協議会と福まち合同主催による演芸大会には7つの老人クラブから舞踊、詩吟、民謡、合唱カラオケ、フォークダンス等28の演目が出されました。200人の観客を魅了し、最後は華やかなフォークダンスと恒例の盆踊りで、皆の輪と絆が一層深まった演芸大会でした。来年も趣味を生かし、健康寿命を伸ばせるよう皆様のご参加を期待しております。

千葉玉枝



編集委員 中村博厚 田所勝美
千葉玉枝 石塚幸子

【秋を楽しむ会】

去る9月6日、36名(1~94才)の参加で、毎年恒例の「ジングスカンを囲んで、外で食べましょう」は今年で9年を迎えました。第一回は町内の公園の桜の下で「おにぎりをたべましょう」から始まりました。まだ肌寒いので豚汁も作って食べました。5月は天候不順ですし、雨に当たり延期になった事もあり、夏にジングスカンを外で食べるのが今日に至っています。少し位足が悪くても町内の公園迄なら出て来られるとの事で、年に一度皆様楽しみにて下さっていますのでこれからも続けて行きたい行事です。

豊平第9分区町内会 中山君枝



「14分区お楽しみ会」

10月28日(木)豊平橋南集会所にて、14分区町内会福祉部の「お楽しみ会」が催されました。前半、後半の二部構成で、一部では美園介護予防センターの奥山氏、銭本氏両名による「賢い消費者になるために」と題してのお話と、詐欺の例題を記した、カルタ式ゲーム双六で体験を兼ねる面白い遊び方を体験し、更に特殊詐欺予防のお話を頂きました。体験してみて、自分は大丈夫と以为ていても、大事なことは、身近な人に相談が出来る事が一番大事と知らされました。又お元気グッズを通して参加された76歳の独身男性の方は良い勉強になったので次回への参加を約束してくれました。昼食後全員での合唱、ビンゴ、カラオケ等で交流を深め絆を確かめあった一日となりました。

豊平第14分区町内会 石塚幸子