



ひろば通信 4月号



～庄内地区福祉ひろば・安原地区福祉ひろば～

みなさん、こんにちは！！だんだん寒さも緩み、暖かい季節になってきました。

本年度も気持ちを新たに、頑張っていきましょう(^^)

今月は、庄内地区で行われた出前ふれあい健康教室と、安原地区で行われたウォーキング大会をレポートします。

出前ふれあい健康教室



2月22日に庄内地区、並柳公民館で「出前ふれあい健康教室」が行われました。

なんと69名という大勢の参加者の中開催され、寿地区福祉ひろばのコーディネーターである山内さんを講師に迎え、「銭太鼓」を教えていただきました。

「銭太鼓」は島根県安来市に伝わるリズム楽器で、筒の中に6枚の5円玉が入っています。回転させたり、振ったりすると2本で12枚の銭がシャカシャカと鳴り、その音で12カ月の幸運がもたらされるといいます。様々な音楽に合わせて演奏し、参加者の必死な顔が印象的でした(*^_^*)最後に、庄内ゆめコーラス並柳部会のみなさんによる発表がありました。



たくさんの歌を聞いたり、一緒に歌ったり、とても楽しい時間を過ごしました。他地区の町会でも、「出前ふれあい健康教室」を行っているところがあるので、ぜひ足を運んでみて下さい。

ウォーキング大会



3月6日に安原地区で、ウォーキング大会が行われました。

安原地区では毎週第一水曜日に、ウォーキング事業を行っています。A・Bコースという安原地区を回るコースの他に、水巡りや他地域に出かけたり、また歩き方の講座など、積極的に取り組んでいます。今回は39名の参加者の中、A・Bコースを歩きました。



この日は、一足先に春が訪れたような絶好な天気で、とても気持ちがよかったです。

みなさん自分のペースで時々おしゃべりをしながら、ウォーキングを楽しんでいました。



ひろばに帰って来ると、カレーの良い香りがいっぱい広がっていました。カレーを食べる前に、表彰式を行い、皆勤賞を始め様々な賞が授与されました。そして、最後にお待ちかねのカレーをいただき、身体を動かした後は、倍美味しく感じました。それぞれのひろばで、特色あるウォーキングイベントを開催しています。

いつまでも健康で元気よく過ごしていけるよう、ぜひ参加しましょう！！

それでは、今月はこの辺で失礼します。<m(_)_m>

