

○前回会議の振り返り



リレー形式で健康づくり推進委員が活動発表をし、健康情報を伝え共有し合う「リレー講座」、5月の第1回は「すこやかウォーク水曜会」の福西さんよりお話をいただきました。4名から始まった会が人との出会いが増え、現在20名を超える会員数とのこと。ますますこれからの活動が楽しみです！

また「南区おススメマップ」作成にむけてグループワークをしました。まずは泉ヶ丘駅周辺エリアについて作成していくこととなりました。新たなおススメスポットを教えてください、撮影した写真を持ってきていただくなどご協力ありがとうございました。

○リレー講座 ～ 其の五 ひびき
—響きあい、つながろう—

リレー講座は5回目となりました。今回は「ひびき」の高橋さんからお話をいただきました。

「ひびき」は今回のタイトルにあるように「歌で響きあってつながっていこう」という思いで活動を開始されたのが17年前です。小学校の教室や地域会館を活動の場として、歌だけでなくリズム体操やフォークダンスなどを取り入れてこられました。

コロナの影響で活動場所の確保が大変だったこともありましたが、現在は会場を2か所に分け、歌と体操を楽しんでいます。今年度から老人会が主催となり、会員は30名ほどです。定例の活動以外に小学校の花壇の植え替えや手入れもし、交流しています。

お話のあとは高橋さんが選んでくださった秋の歌など8曲を推進委員さんとともに合唱しました。皆で懐かしい曲を歌いながら、心も体もリフレッシュできました♪ありがとうございました！



○グループワーク（南区健康広場での自主活動グループ紹介について）



11月12日に行われるふれあいまつり・健康広場での自主グループ活動紹介方法について話しあいました。今年はデジタルサイネージでグループ紹介をします。委員会ではサイネージ映像に入れる「おススメスポット」の写真選びとコメント作成を行いました。どんな出来上がりになるかお楽しみに！！ぜひ遊びにいらしてください。

○保健センターからの情報提供

- 保健センター廊下に「自主グループ活動紹介コーナー」を設けました。活動写真や風景写真などの展示に使ってください。
- 結核予防週間・・・9月24日から9月30日まで
- 高血圧予防教室・・・10月25日AM
- くらしの健康講座・・・11月21日PM
- がん講演会・・・12月8日PM
- オンデマンドバスについて
- 今後の会議日程、担当について
次回：R5年12月11日（月）13：30～



南保健センター
ホームページはこちら

南区健康づくりスローガン

「検(健)診と減塩は
健康寿命の秘訣なり」

南区健康づくり推進委員会・南保健センター
問合せ：堺市南保健センター
電話：072-293-1222
FAX：072-296-2822

