

2016 年 11 月 6 日

有明町内会 健康講話



【清田区第2地域包括】

有明町内会館の清掃作業でお集まりの有明町内会の皆さんに、健康寿命の延伸とロコモティブシンドローム予防についての講話と体操をさせていただきました。昨夜から降った大雪の中、朝から除雪に追われ、会館清掃後のお疲れもそこそこに、私どものお話に耳を傾け、熱心に体操に取り組んでいただきました。

お集まりの皆さんは、普段から体を動かしている方が多いご様子で、健康に対する意欲も高いので驚きました。体操も「こんな簡単な運動だったら家でもできるわ」と好評いただきました。皆さん、お顔なじみの集まりでしたので、和気あいあいとした雰囲気の中、私たちも一緒に楽しい時間を過ごさせていただきました。



札幌市地域包括支援センター イメージキャラクター
介護や福祉の支援を求めている高齢者やそのご家族を明るく照らし、道しるべとなってくれる「ホタル」をモチーフにしました。センターの窓口は、優しさや広く愛をイメージさせるハート型で、窓口の扉となる羽を大きく広げて、高齢者やご家族の訪れを待っています。訪れて「ほっ」と胸をなでおろす空間と、「地域包括支援センター」の「ター」を重ねています。