

順化健康クラブ連合会便り

ILLUST BOX

第1健康クラブ、本丸健康クラブ、第2健康クラブ

2023(令和5年)第3号 秋号

順化健康クラブ連合会便りは春号、夏号を発行して早くも第3号の秋号を発行する季節となりました。今年にはコロナもほぼ収束し2類から5類に変更となり各活動が活発に再開され、世の中も活気を取り戻しつつあります。私たち健康クラブ会員も元気に活動を再開して会員同士の親睦を深めたいと思います。



●今年の敬老の日の9月18日(日)の日刊県民福井に順化本丸健康クラブ員の佐々木由紀子さんが掲載されました。

「輝く長寿生き生き」として掲載され、佐々木さんは若いころから登った山登りが「健康の宝に」なると話し、今はもう一つの趣味としてのオカリナ教室を順化公民館で元気に楽しんでいます。

●令和5年度順化地区敬老会が9月17日(日)に4年ぶりに福井県国際交流会館で開催され、190名の参加がありました。



順化地区敬老(於国際交流会館ホール)



よろず茶屋「オカリナ演奏」

今年の公民館の敬老会では橋本幸子さん、斉藤君子さんの2名が米寿のお祝いを受けられました。

また市あじさい元気クラブでは中林幹夫さん、木米喜美子さん、酒井恵美子さんの3名が米寿を迎えられました。



●第17回「順化公民館ふれあい祭り」が10月22日(日)に今年も順化小学校と合同で行われ、健康クラブも活動紹介をパネル展示で参加させて頂きました。グランドゴルフ、スティックリング、フロアカーリング、輪投げ等の実物とルールブックを展示しました。やってみたいな!と思われる方は、順化公民館の山田まで連絡お願いいたします。

●順化公民館と順化健康クラブ連合会がコラボして、10月4日（土）に健康JUNKA「毎日続ける健康体操」がNPO 法人 生涯体育学習振興機構の滝口文子講師をお迎えして順化公民館大ホールにて行われました。講師の指導の下参加者20名が身体を動かし、また講師の巧妙なお話に楽しく聞き入り毎日続けることができる優しい筋トレを教えてくださいました。



毎日続ける健康体操



講師の動きに合わせて



みなさん元気に体が動いています

●順化健康クラブ連合会親睦旅行で敦賀方面を旅行して来ました。

11月6日（月）天気予報では雨の心配もありましたがちょっと強風の下で1日を楽しみました。

コース

順化公民館東口—福井 IC—南條 PA—気比神宮—敦賀駅前 OTTA—日本海さかな街—すずかけ亭昼食—赤レンガ倉庫（ジオラマ館）—人道の港ムゼウム—小牧かまぼこ—福井 IC—順化公民館

参加人数 19名 男 5名 女 14名

帰りのバスの中ではビンゴゲームを楽しみながらあっという間に福井へ帰りついてしまいました。



赤レンガ倉庫前



ジオラマ館見学



お楽しみ昼食

●12月2日(土)には順化公民館大ホールで「高齢者の運転講習会」を福井警察署の講師をお迎えして開催いたします。最近では高齢者による交通事故がよくニュースになりますが、私たちにとっては他人事ではありません。この講習ではシュミレーターを使って自分の運転を見直すことができますので、ぜひ参加してみてください。また自転車利用者の講習も同時に行います。

健康クラブではこれからもいろいろな活動を通して、地域の皆さんと交流を深め自身も健康な活動が出来るように、親睦会、講習会、スポーツ活動を計画したいと思いますのでぜひ入会して参加お願いいたします。

連絡先 順化公民館 山田准朗 TEL 090-1314-6506

1/2 **高齢者の運転講習会** 順化健康クラブ連合会

●運転モニター画面による運転の危険予備

●加齢による身体機能の変化と運転技術に及ぼす影響

●免許証の更新と免許証返納について

●自転車運転のルール

【日 時】令和5年12月2日(土) 午前10時～12時

【場 所】順化公民館大ホール

【講 師】福井警察署

【定 員】20名

【申込み】順化健康クラブ連合会 TEL 20-2458 担当 山田

申込締切は11月25日(金)です。申込締切(OK)です。

※申込は順化健康センター(090-1314-6506)までです。

※お問い合わせは090-1314-6506までです。

参加クラブ名	名前	連絡先(TEL)