

地域活動
No. 020

ラジオ体操・燦燦公園

<p>項 目</p>	<p>※下記にご記入頂いたとおりホームページに掲載いたしますので、個人情報等にご注意ください。</p>
<p>組織について 組織名称・代表者氏名 活動場所</p>	<p>ラジオ体操・燦燦公園 活動場所：海南保健福祉センター南側</p>
<p>組織の設立経緯 活動開始年度</p>	<p>保健福祉センターでラジオ体操の講習を受けた日方地区の有志が燦燦公園に集まり、現在は保健福祉センター南側に移動し活動しています。平成25年3月活動開始。</p>
<p>組織の構成 構成員の概要・人数</p>	<p>参加者が友人を誘い輪を広げたり、公園付近を通りがかり活動を知った方の集まりです。日方地区の方がほとんどで、徒歩や自転車で集まっています。 参加人数：20人前後</p>
<p>活動内容</p>	<p>ラジオ体操を通して健康維持・体力増進はもとより、参加することでお互いの見守りや、ほかのサークル・サロンなどの情報交換を行い、自分らしくいきいきと地域の中で活動しています。</p>
<p>活動の様子（写真）</p>	<p>燦燦公園はなくなりましたが、すぐ近くの保健福祉センター横で活動しています。</p> 
<p>活動上の工夫 課題など</p>	<p>桜の季節には桜の花の下で季節を味わいながら、また夏の暑い時期には直射日光を避け、水分補給もしながら無理なく楽しく体を動かせるように工夫しています。</p>
<p>今後の活動予定など 活動についての問い合わせ先</p>	<p>毎週 火曜日 10:00～（祝日・雨の日は休み） お問い合わせ：高齢介護課地域支援係（483-8762）</p>