

みんなきらめけ！！ハッピー体操 サポーター通信

4月より活動開始となる、17期生の方々をご紹介します。
サポーター活動の抱負を、ひとことずつ頂きました。

第18号の主な紙面

- ・17期生紹介
- ・活動便り
- ・サポーターの皆様へ

17期生の皆様



上万里子	運動嫌いな私ですが、一石二鳥を目指し頑張りたいと思います。
竹内とし子	地域の皆さんといっしょに笑顔と健康に気をつけて頑張ります。
関口辰子	めげることなくチャレンジしていきたいと思います。ファイト！！
伊藤定好	ハッピー体操を楽しむには、先ず自分の健康から。頑張ります。
今井真由美	健康で居られる時間を、地域の方々と一緒に増やしていけたらと思います。
新川久江	皆様がハッピーに、自分が何よりハッピーで健康で幸せに、感謝。
飯平孝	元気で楽しみながら頑張ります。
浦田幸子	加藤先生の出会いに感謝。皆様のお役にたてられるように、笑顔で頑張る。
池田豊	一緒に楽しみながら身体を動かし、健康増進しましょう。
泉朝夫	東松山市にだいぶお世話になったので、その恩返しをしたい。
五十嵐恵	勉強したことを生かし、共に健康でいられるよう活動します。
竹間啓子	皆さんと一緒に明るく、元気に楽しくやっていきたいです。

※敬称略

写真：前列左→右 後列左→右

活動便り 加美町サロン

開設年月 平成21年6月
活動日時 第1・第3月曜日
午前10:00~11:30
活動場所 加美町自治会館



加美町サロンは、毎月1回ハッピー体操を行う事からスタートし、昨年開設から10周年を迎えました。現在は、体操の他に、歌いながらお手玉を隣へ送るレクリエーションや、脳トレの早口言葉などにも取り組んでいます。参加者は、お揃いの、まっくんあゆみんのTシャツを着て、笑顔で体操されています。写真の皆さんは、ハッピー体操を続けられ、とてもお元気な90代の方々です。



サポーターの皆様へ

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、ハッピー体操を中止にしております。各体育館等で、5月7日~6月9日に実施予定でした体力測定を、延期することにいたしました。日程は、ハッピー体操の再開が決定した後に、改めてお知らせします。ご理解くださいますよう、よろしく願いいたします。



コロナに負けず、元気にハッピー体操！

3月からハッピー体操を中止して2か月が経ちました。「外出自粛要請」もあり、体を動かす機会が減ってきているのではないのでしょうか？
体操が再開しましたら、皆さんと元気にお会いできるよう、ご自宅でもストレッチや筋力トレーニングを続けましょう！
総合福祉エリアのホームページにストレッチと玄米ダンベル体操を掲載しております。

インターネットで、「東松山市社会福祉協議会 ハッピー体操」で検索！
「みんなきらめけ!!ハッピー体操」から「コロナに負けず元気にハッピー体操」をご覧ください。



【編集後記】

新型コロナウイルスが世界的に蔓延しております。国内でも日に日に感染が拡大しています。
皆様もうがい・手洗い・手指消毒を引き続き行い、マスクの使用、三密を避けることを徹底して感染予防に努めましょう。

【お問い合わせ】

東松山市総合福祉エリア 介護予防担当
〒355-0005 東松山市大字松山2183番地
TEL:0493-21-5570 FAX:0493-25-3305
Eメール:happy.kaigo@smile-syakyo.jp