

見守りイメージキャラクター

まもりん



が行く!!

きずなの会

自治会長が作成したのぼり。会のシンボルとして、風にはためいていました

去る7月12日、青葉地区のサロン「きずなの会」におじゃましました。

この日は初めての試みとして、屋外テントでの開催となりました。お天気にも恵まれ、気持ちのいい青空のもと、芝生に敷かれたビニールシートの上で介護予防センター厚別中央・青葉の中山センター長から熱中症対策についてのお話をいただきました。札幌の最高気温が28度となったこの日、だんだんと日差しが強くなり、途中からはテントの中へ移動して冷たいお茶とアイスクリームで涼む一幕もありました。講義のあとは参加者全員で嚙下体操（食べるための筋肉をトレーニングする体操）を行い、歌いながら体を動かして笑い声のあふれる楽しい会となりました。

サロンで使用したテントは自治会住民の方からの寄贈とのもので、「きずなの会」では今後も、夏期は屋外でのサロン開催を続ける予定だそうです。

