

(まちづくり協議会名)

# 宝塚市光明地域まちづくり協議会

## ●平成29年度 事業実施報告●

【平成29年度 宝塚市健康づくり推進員名】

① 香月 信子	② 藤井 美代子	③ 下垣 清子	④
⑤	⑥	⑦	⑧

(敬称略)

地区担当保健師:

西村 美緒

月	日	事業名	会場(実施場所)	参加人数	付記事項
毎週月曜日		いきいき百歳体操	光明会館	15名	9時10分～
毎週月曜日		いきいき百歳体操	福井亀井自治会館	25名	10時～
毎週火曜日		いきいき百歳体操	小林団地集会室	20名	9時半～
毎週金曜日		いきいき百歳体操	宝塚パークハイツ集会室	12名	14時～
毎週水曜日		いきいき百歳体操	福井鉄筋住宅	20名	13時半～
7	26	ゆったり体操	福井亀井自治会館	15名	タオルを使った身体ほぐし体操 講師:中 八重子さん
7	31	会食会	福井亀井自治会館	38名 31名	
10	24	料理教室	福井亀井自治会館	40名	8時半～
11	14	会食会	光明会館	33名 25名	
1	28	会食会	小林団地集会室	29名 39名	
3	31	花見ウォーキング	大堀川	6名	満開の桜を愛でながら 軽いウォーキング 共催:SC21光明

### 【事業の成果】

いきいき百歳体操は会場も新たに増え、参加者の健康づくりに役立つとともに、交流や見守りの場にもなっており、楽しみにする人が増えている。

