

酒々井町生きがいデザイナーズ

「さわやかクラブ」活動紹介レター Vol.3



ホームページ QR コード
(スマホ・携帯用)

☆さわやかクラブについて

外出・屋外編

1. 入会資格は？

A.酒々井町内にお住いの60歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方を対象に、男女問わず入会を受け付けています。入会につきましては、酒々井町役場健康福祉課または、既に入会されている方に、お問い合わせ・ご相談下さい。

2. どこで、どんな活動をしているの？

A.酒々井町中央公民館(火曜日)、酒々井町隣保館(水曜日・金曜日)にて活動を行なっています。どちらの会場も、午前中(10:00~11:30)に、ソーシャルディスタンスに配慮しつつ、健康体操(筋力維持やストレッチ等)や脳カトレーニング、レクリエーションを中心とした活動を行なっています。
好天の日は、中央台公共用地にてグラウンドゴルフも行なっています。

屋外活動①(初詣・ウォーキング)

お正月の混雑を避ける形で、少し遅めの初詣(宗吾霊堂)に出掛けました。当日は、京成酒々井駅に集合し、電車で宗吾参道駅間を移動し、駅からは心臓破り?の坂をウォーキングしました。足腰に不安のある方は、車にて移動をされました。

心臓破り!?!の坂
談笑しながら余裕の登坂

境内の早咲き桜
を觀賞しながら
本堂へ

宗吾霊堂にて、世界平和を皆さんで祈願

新年の願いを祈願する為、最後の難関『駅から続く急な登り坂』

普段から体操・ストレッチを行なっている為か、平地を歩くが如く登坂!!

車に注意しながら、軽い足取りで目的地『宗吾霊堂』へ。佐倉惣五郎の墓前にも、挨拶参りをされていました。願うは、全人類の悲願「世界平和」!!

屋外活動②(町バス使用外出企画)

コロナ禍以前には、町バスを利用した屋外学習企画をよく行なっていましたが、コロナ禍中は自粛を余儀なくされていました。昨年度中に、新型コロナウイルス感染症が、医療法上の5類に分類された事を受け、今年度から町バス利用を解禁としました。第1回目は『千葉県立房総のむら』へ出掛け、屋外体験学習・ウォーキングです！



古の暮らし文化を今に伝える、千葉県立房総のむらにて、久々の屋外学習企画を行いました。緑豊かな園内を散策しながら、農作物についての知識を得る、身近な材料を利用した手芸や蕎麦がき作り等を体験しました。屋外という環境もあり、散策・学習中は、熱中症予防も兼ね、マスクを外しての活動としました。

グラウンド ゴルフ



天候や気温を見ながら、中央台公共用地を使用し、グラウンドゴルフも随時行なっています。

募集中!

新しい会員さんを迎え、楽しい事を皆で！を目標に「さわやかクラブ」では、各クラスで皆さんの参加をお待ちしています。

(火曜会:中央公民館 ・ 水曜会・金曜会(隣保館)にて募集中です)

「趣味を活かした活動場所を探している」、「気軽に仲間づくりを行いたい」等少しでも興味をお持ち頂いた方、いらっしゃいましたら、短時間の見学も可能です。

※活動日が祝祭日の場合は、お休みです。

《同じ町内で‘仲間の輪’を広げてみませんか?》

お問合せ先：酒々井町役場健康福祉課 ☎043 (496) 1171

酒々井町生きがいデイサービス
さわやかクラブ