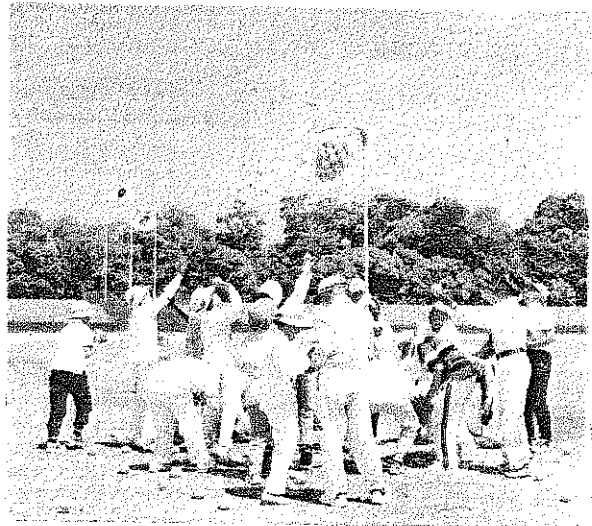


周南市高齢者ふれあいスポーツ

大会開催



本年度で、三回目となる高齢者ふれあいスポーツ大会が、五月二十一日(土)、九時三十分から周南市陸上競技場で開催されました。高齢者の日常生活における

る体力づくり実践活動の定着をはかるため、高齢者の健康対策の一環として、又参加者の相互の交流や親睦をはかるとともに高齢者の孤独感の解消に努めることを目的として開催されるものです。当日は徳山地区を六ブロックに分けた中部地区のチームに属して向道地区老人クラブより二十二名が参加されました。

参加者は、五月晴れのもといろいろな競技に参加され楽しい一日をすごされました。

「健康づくり教室」開催

婦人会の行事の一つ「健康づくり教室」が、五月二十七日(金)、午後一時より大道理小学校体育館で二十名が参加され開かれました。この教室は昨年より始まったもので今年で二回目となりました。昨年はゲートボールに挑戦されましたが、今回は、市役所、市民スポーツ課の指導のもと、健康増進課の応援も得て血圧測定から始まりストレッチ体操指導、握力、屈伸、障害物超え歩行速度などの体力測定を

約三時間行い、楽しい汗をかかれました。



とお話しがありました。お疲れさまでした。

講師の先生から「ある程度年をとると足が上がりなくなったりしますが、これは足の筋肉が弱るからです。今回のストレッチ体操を毎日続けて下さい筋肉の衰えが防げます」

旭川周辺草刈作業実施



毎年、「ほたる祭り」の前に実施されている翔北中学校の生徒による草刈作業が五月三十一日(火)、午後一時からありました。当日は暑く、しかも中間テストの二日目が終わ

ったばかりなのに、元気に頑張ってくれました。お陰で公民館周辺、アジサイの根元などがきれいになりました。終わった後も、学校まで国道沿いを空き缶拾いをしながら帰って行きました。ご苦労さまでした。一番バテておられたのは、先生方の方でした。

「ほたる鑑賞の夕べ」開催

本年度で十三回目を迎えた「ほたる鑑賞の夕べ」が、六月十日(金)、十一日(土)の二日間、公民館周辺を中心に開催されました。地元の皆さんの熱意が天に届いたのか、一番心配された雨もどうにか遭わずにすみました。ほたるも両日とも八時三十分頃には、乱舞とはいきませんでした。相当数、姿を現し来客の皆さん方の目を、楽しませてくれました。



ほたるの鑑賞の一日をたのしまれました。

十日(金)には催し物はありませんでしたが、快晴となった十一日(土)にはシャボンソウ、バンド演奏等が行なわれ又会場には、周南市長をはじめ、お客さん方が、多数来場され、音楽と

《お知らせ》

「健康診断」

向道支所

日時 七月五日(火) 十三時～十五時

肺がん、結核検診

日時 七月二十九日(金) 七時三十分～八時

胃がん検診

(胃がん検診は、健康増進課に申し込みが必要です)