

2025.07

2026.02

坂部区担当保健師の佐藤です。担当になり3年目が経過しました！

坂部区活動報告

健康講座

坂2井戸端亭

暑い中大勢の方にご参加いただき、「健康に過ごすために」をテーマに講話を実施しました。サプライズで保健委員さんと演奏もさせていただき、楽しく歌レクができました。当日の様子は坂部区のブログでも掲載していただきました♪よろしければご覧ください。



リンク先：坂部区の日常ブログ



坂部区健康講座（むつみセミナー合同）

坂部区の保健委員さんと合同で健康講座を企画しました。「糖尿病予防」をテーマに、途中でまきトレにもチャレンジしました！

水仙クラブ

働く脳講座を実施しました！皆さんと一緒に認知症予防について楽しく学びました。歌レクでは、参加者の皆さんの美声と笑い声が響きました♪来年のよいとこ祭に向けて歌の練習中で、講座の後も皆さんで練習している姿が印象的でした。本番の発表が楽しみです。



その他の活動

ウォークラリー大会

昨年に引き続き今年もお手伝いをさせていただきました。前日から雨が降っていましたが、当日は雨が一時的に止み実施できました。子どもから大人まで幅広い年齢層の方が参加されました。チームで協力しながらクイズに挑戦したり、目標タイムを予想して時間を調整したり、試行錯誤してゴールを目指していました。

