

上府中地区まちづくり通信

発行：上府中地区まちづくり委員会

責任者：沖山 明

令和3年8月 第35号

千代中カントリーファームでヒエ取りを実施！

7月24日（土）「千代中カントリーファーム」で、まちづくり委員会の農業指導PJのメンバーを中心にヒエ取りを実施しました。田植に引き続き今年も残念ながら新型コロナウイルス感染症拡大に伴い1年生は参加できませんでした。また、畔に植えた丹波の黒豆が育つように草取りも同時に行いました。



各地区のサロン活動の様子！



コロナ禍の中、皆さん感染予防対策をしっかりとって、楽しい時間を過ごしました。高田・大友地区 保健師さんや地域包括支援センターさんによる熱中症対策のお話、血圧測定、犬のぬいぐるみ作成、フラダンスと暑さも吹き飛びます♡ 皆さん真剣です。

楽しい転倒予防体操 各地区で開催される！

5月10日（日）、12日（水）、18日（火）の3日間、延清、千代、永塚の各公民館（サロン会場）で理学療法士の笹川氏の指導のもと、第1回「楽しい体操転倒予防体操」が行われました。参加された皆さんから楽しかった、続けてやって行きたい等の貴重なご意見をいただいております。もう少しキツイ体操でもOKと 皆さんお元気です♥



7月も各地で大盛況！

