

町内各地域で実施中!!

『いきいき百歳体操』を 応援します!!



平成29年度から『いきいき百歳体操』の取組みがはじまり、地域の皆さんの自主運営で、活動されている方が4団体約90名となりました。

この体操は、ローロの映像を見ながら重りをつけてゆっくりと行うことから、全身に筋肉がつき、体を動かすことが樂になります。週1回、地域の仲間同士で集まり、励まし合いながら体操を行うことによって、交流の機会が生まれ、うつ病や認知症のリスクが軽減する効果があると言られています。

体操のネーミングから「お年寄りがする体操」など、誤解を招きやすいですが、体験した方からは『本当に筋肉をつけるための体操なんですね。』と言われるくらいの、トレーニング要素があり、動きは単純ですが効率良く筋肉がつく体操です。

総合相談係では、地域毎に『いきいき百歳体操』を行う会場が増えるよう、体操立上げ支援事業を展開しています。

現在実施している会場・団体は下記の一覧表のとおりです。参加・見学希望の方は、問い合わせ先までお問い合わせ下さい。

お近くで「通いの場」をつくりたい方、通いの場に参加したい方や見学したい方等、興味、関心のある方は地域包括支援センター総合相談係へご相談下さい。

お問い合わせ先

地域包括支援センター 総合相談係

☎ (62) 4473

剣道スポーツ少年団 全道大会出場



11月3日（土）、「網走管内スポーツ少年団交流剣道大会」の団体戦で準優勝という高成績を収めた剣道スポーツ少年団の皆さん、12月1日（土）、2日（日）に、北海道科学大学体育館で行われた「北海道スポーツ少年団剣道交流大会」に出場しました。惜しくも予選突破とはなりませんでしたが、今後の活躍に期待します。

小清水町子ども会 育成連合会はこんな活動を行っています。



11月3日（土）、4日（日）、子ども会育成連合会による宿泊研修が行われました。
20名の児童が参加した研修先は旭山動物園と旭川市科学館。ホッキョクグマやオオカミなど様々な動物の見学や科学体験を楽しみました。

この他、町外の小学生との交流会や夏休みラジオ体操などを通じて、健康な体と子どもたちの自主性を育てる活動を行っています。
お住まいの地域に子ども会が無くても町内の小学生であれば加入することができます。お誘い合わせのうえ、みなさんでご入会ください。
お問い合わせ先 小清水町子ども会育成連合会 木戸 寛治 ☎ 090 (1647) 1942

北海道社会貢献賞受賞



小清水赤十字病院の伊藤嘉行院長に、11月11日（日）、北海道知事より「北海道社会貢献賞」が贈られました。

同氏は、平成10年から小清水赤十字病院に勤務し、平成26年に院長に就任。地域で必要とされている医療を可能な限り自ら実践することを念頭に、地域医療に尽力されてきました。在宅医療・介護の推進にも重点を置き、多職種間でのネットワークシステムを導入し、地域全体のケアの質向上に尽力されています。

また、院長を務める傍ら、町の多くの審議会委員等を歴任し、地域の医療・介護をはじめ保健福祉分野の発展に大きく寄与されたことにより、この度の受賞となりました。

この度の受賞、誠におめでとうございました。

この日のために練習を重ねてきました成果を発揮し、予選リーグを突破。見事ベスト8に輝きました。

新得町総合体育館で行われた「全道J-15フットサル選手権大会東ブロック予選」に小清水中学校サッカー部が網走第一・第四中学校との合同チームで出場しました。

この日のために練習を重ねてきました成果を発揮し、予選リーグを突破。見事ベスト8に輝きました。

小清水中学校サッカー部 道東大会でベスト8



11月17日（土）、18日（日）、

新得町総合体育館で行われた「全道J-15フットサル選手権大会東ブロック予選」に小清水

中学校サッカー部が網走第一・第四中学校との合同チームで出

場しました。

この日のために練習を重ねてきました成果を発揮し、予選リーグを突破。見事ベスト8に輝きました。