

北星地区社会福祉協議会広報誌

北星地区27町内会と共に

令和3年ふれあいサロンのご案内（詳細は裏面）

今年度は、新型コロナウイルス感染を避けるため、5月スタートになります。ウォーキングは、コロナの対策を十分取りながら（マスク着用、消毒、検温、適度の距離、バスの大型化など）の実施になりますが、旭川市の感染状況によっては中止または飲食をしない場合もあります。事前にお問い合わせください。

開催日	サロン名	サロン会場等	開催場所
5月19日（水）	メモリアルウォーキング	春の旭山公園を巡ります	旭山公園
6月16日（水）	シーズサロン	画廊ギャラリーシーズ	旭町2条3丁目
7月21日（水）	立正寺サロン	立正寺	旭町2条1丁目
8月18日（水）	メモリアルウォーキング	北星地区散策と昼食会	北星地区
9月のふれあいサロンは敬老祝賀会開催予定のためサロンはありません			
10月20日（水）	メモリアルサロン	森山メモリアル病院	旭町2条1丁目
11月17日（水）	立正寺サロン	立正寺	旭町2条1丁目
12月15日（水）	メモリアルサロン	森山メモリアル病院	旭町2条1丁目
1月19日（水）	メモリアルサロン	森山メモリアル病院	旭町2条1丁目
2月16日（水）	メモリアルサロン	森山メモリアル病院	旭町2条1丁目
3月16日（水）	メモリアルサロン	森山メモリアル病院	旭町2条1丁目

◎ふれあいサロンの参加希望の方は裏面の役員に電話してください（他地域の方も参加可能です）

◎ふれあいサロンは午後1時から午後3時までです。

◎お茶代として100円が必要です。（各会場で受付）（ウォーキングは別途昼食代）

◎1月から3月のサロンの一つは、外部からの講師（健康関係以外）を考えています。

下の☆印のサロン3つは当日の受付で参加は可能ですが、準備の都合上できましたら

参加希望を開催前日までに下記役員にご連絡してください。 (不在の時もごきます)

◎小野寺：51-6019 携帯 090-3898-6876 ◎藤崎：67-9045 携帯 090-9754-0835

☆森山メモリアルサロン (10月12月1月2月3月)

森山メモリアル病院の1階フロアを地区ふれあいサロンとして使わせて頂いている市内で初めての病院内サロンです。森山病院予防医学センターの小林先生はじめスタッフの皆さんに毎回お世話になっています。健康に関するお話を聞くことができます。

☆画廊ギャラリーシーズサロン (6月)

画廊ギャラリーシーズの展示室を使ったふれあいサロン。展示されている絵画を見ながらオーナーの久木佐知子の楽しいお話を聞いてください。軽体操は北星旭星地域包括支援センターの保健師さんが指導にあたります。

☆立正寺サロン (7月11月) 地域の地区社協に開放して頂いているお寺さんで正

しくは慈雲山 立正寺と言います。吉田住職の巧妙で楽しいお話を聞いてみてください。住職さんのお話は、7月11月のどちらか1回になります。もう1回は、健康等の講話になります。軽体操は北星旭星地域包括支援センターの保健師さんが指導にあたります。

※旭山健康メモリアルウォーキング 5月19日 (要予約 定員20名)

自然につつまれた丘陵地に広がる旭山公園は、天然の美林がよく保存され、また、桜の名所として知られ、春は多くの市民で賑わい、夏はハイキング、秋は紅葉狩りとして市民に多く利用されています。ここから市内の眺望もすばらしい。

集合場所：セブンイレブン旭町2条店 (旭川市旭町2条3丁目)

集合時刻：午前9時30分

参加費用：1,600円 (バス代、ガイド代。飲み物、昼食バイキング代を含む)。

募集人数：20名程度 (予約が必要です)。

概要：セブンイレブン集合後レンタルバスにてウォーキングコースへ移動準備体操をしてウォーキング開始。

**変更あり。
要確認**

ウォーキング終了後、再びバスにて市内ホテルへ (未定) 移動しランチバイキング。(食事は黙食、お話しはマスク着用) (昼食は変更あり)

概ね午後2時頃に集合したセブンイレブン旭町2条店にて解散。

その他：森山メモリアル病院の職員、ガイドさんが同行予定です。

※北星地区散策健康メモリアルウォーキング 8月18日 (要予約)

健康を持続するためには、ウォーキングが一番です。地域のいろいろな方のお話を聞きながら、地域の歴史や文化を知り、楽しく散策しませんか？ウォーキングのあとは、参加者全員で昼食会 (場所は未定) をします。(歩く距離は2~3キロメートルです)

集合場所：メモリアル病院 (旭川市旭町2条1丁目)

集合時刻：午前9時30分 解散時刻：午後1時30分

参加費用：1,600円 (ガイド代、飲み物、昼食代を含む。昼食はコロナで変更あり)

募集人数：20名程度 (予約が必要です)。森山メモリアル病院の職員が同行。

雨天中止の場合は、講話と昼食会になります。