

### 1. すこやか倶楽部の報告

今年度最後、「お楽しみ会」として楽しく過ごしました。

元町北27条会館	17日(火)	6名	→民生委員さん2名ご協力
元町北東会館	18日(水)	15名	→民生委員さん1名ご協力
元町中央会館	19日(木)	10名	→民生委員さん2名ご協力

★一枚の布地を折って畳んで縫ってひっくり返して  
★レク「しりとりボール」

・・・しりとり、5・3の倍数でリレーです

★発声練習のあと、春の歌を歌いました

※17・18日は終了後、「あったかサロン」に変身!

※19日は食食「高齢者ひとくち講座」で講話と食事会

※ヘルパー実習や介護予防センターなえぼの参加協力がありました



### 2. 転倒予防教室の報告・・・前日からの吹雪の中実施

2月21日(土) 参加者 13名 民生委員さん3名ご協力

測定機器で健康チェック

「メタボリ先生」で血管年齢、「体組成計」

「チャッカーくん」で足指力

運動は、上下肢をゆっくり動かす筋トレ →



### 3. その他

2月5日(木) めぐみ友愛会 健康相談 19名

●まちセン出張相談 13・27日・・・相談件数 0件

### 4. 3月のご案内

3月7日(土) 転倒予防教室 慈徳ハイツ1階  
体力測定と1年間の振り返り

まちセン出張相談は、6・13日(金)を予定しています

◎新年度になる前に、一緒に考えてみませんか?

**3月21日(土) 13~15:00 「元町の福祉を考える集い」**

元町まちづくり協議会と共催し実施します。

講師をお招きし、地域実践者と参加者の皆さんであたたかい元町をつくる話し合いをしませんか。

終了後は温かい飲み物・おやつがあります。

町内会回覧されますので、お声かけをお願いします。

### 5. 報告

消費者被害相談情報 **札幌市消費者センター 相談専門電話728-2121**

■業者になりすました男に毛布代の残金を払った H20年11月頃 北海道・東北

■年金のように、毎月配当が受け取れる」と勧誘 H20年9月相談受付 九州・沖縄地方で

■不当請求事業者の公表(認定)について

中央管財事務局 東京財務局(管理部) 財務局財務管理センター

有限会社事業組合 ユニグローバル~未納料金があると督促状を送りつける

注意! 「はくでん」を騙る詐欺(未遂)~屋内配線調査、プレーカー交換

「金融被害者救済団体の弁護士」を騙り封書を送り振込させる