

MORIYA フォトニュース

健

健康増進

水中ウォーキング教室（3月6日）

常総運動公園室内温水プールで水中ウォーキング教室を開催しました。水中ウォーキングは膝や腰などへの負担が少なく、誰でも安心して取り組める運動です。

参加者は、効果的な歩き方などの説明を受け、健康増進のため身体を動かしていました。



協

働で公園づくり

公園樹木の^{せんてい}剪定・間伐作業（3月2日）

強風の中、北守谷連絡協議会などのボランティアの皆さんと市職員で立沢公園の剪定・間伐作業を協働で行いました。約70人の参加者により見通しを良くすることで、安全で安心な公園づくりを行うことができました。



在

宅での^{みと}看取りを考える

市民公開講座（3月2日）

高齢者の生活を支える在宅専門医師である^{ひらの}平野国美氏を講師に迎え、中央公民館で市民公開講座が開催されました（市介護支援専門員連絡協議会主催）。講師の話聞いた参加者からの質問もあり、自宅での看取りについて考えるよい機会になりました。



明

るい未来に向けて

ひこうせんまつり（3月20日）

障がい者福祉センター通所者と地域の皆さんが直接ふれあい、理解を深めるためのひこうせんまつりが開催されました。地域の皆さんは通所者の作業や活動の様子を見学したり、作品を購入したりするなど、楽しい時間を過ごしました。明るい未来へ向けて、みんなが笑顔になるすてきなおまつりになりました。