

赤信号

3月
号

ことに一よん

琴二四地区 赤信号の会

事務局

琴似二十四軒まちづくりセンター内

電話621-2508 FAX 618-0081

第122号 平成30年3月1日発行

転ばなくなったと人気の「ふまねっと」 3月に4回開催 琴似会館で

ふまねっと運動とは、50センチ四方のマス目でできた大きな網を床に敷き、網を踏まないようにゆっくり慎重に歩く運動。マス目を利用したステップがたくさん用意されており、ステップを間違えないように学習しながら、歩行バランスを改善する運動プログラムです。

高齢者の歩行機能と認知機能の改善に効果があるとされており、実際に「転ばなくなった」との声が、琴似で行ってきた人々からも聞かれます。

「遊悠サロン(ふまねっと)」は琴似連町の主催。3月中に2日(金)、19日(月)、22日(木)、28日(水)の4回開催され、いずれも10:00～11:30。会場は琴似会館(琴似4条2 電話213-7164 担当浜田さん)。4月以降も開催されます。

今年の三角山市場 初回は3月3日(土)

2018年最初の三角山市場が3月3日10:00～15:00にレンガの館ホール(八軒1条西1 JR琴似駅向かい)で開催されます。ちりめん細工のマスコット、陶食器、着物リメイク雑貨などの手作り作品が大集合。道産小麦100%のパウンドケーキ、手作り味噌も販売されます。今回が47回目。主催は三角山放送局(電話640-3330)。

シール貼った架空請求ハガキも

道警本部によると、道内で「民事訴訟管理センター」などと名乗り「訴状が出ている」「連絡がない場合は裁判になる」などという訴訟のハガキを送りつける詐欺が多発しています。中には「情報保護シール」と書かれたシールが貼られているケースも。

「保護シールで個人情報を守るフリをし、本物の訴訟のお知らせであるかのように装っていますが、詐欺のハガキです。書かれている電話番号には絶対に連絡しないで、必ず誰かに相談してください」と道警では呼びかけています。



琴似 赤信号 で検索