

クラブだより

モデル活動・交流グラウンドゴルフ大会

長田区 二葉喜楽会

梶田 順子

令和3年11月17日(水)晴天、風もなく心地良い日差し、久しと集合。駒ヶ林寿会、二久塚長老会、



二葉喜楽会、顔見知りの方もいれば、名前と顔が一致しなかつたりの方も。会長から「皆大いに楽しんで、声を掛けられ、まずはチーム戦なので抽選をした。

8チーム4名か5名が決定。あちこちで「私が入らなかつたわ」と謙遜の声が見えてきた。そんな

交流会を終えて

兵庫区

兵庫四ツ葉会

泉谷智重子

兵庫四ツ葉会のグラウンドゴルフ部を立ち上げて早や6年が経ち、当初7名でのスタートが35名までに増え、荒田グラウンドでの練習を日々楽しんで

この度、兵庫区老連健康づくり指定クラブ事業の一環として、晴天に恵まれた令和3年11月8日(月)コロナ禍の中、自己防衛をしっかりと

ドゴルフ交流会開催の運びとなりました。当日お忙しい中、市



に親しさも増し、和氣満々とプレーすることができ、楽しいひとときを過ごすことができました。四ツ葉会一同参加頂きました皆様には多方面に渡りお力添えいただき、会進行、終了できました事、心より感謝いたします。有り難うございました。

シニアクラブ会長になり感じたこと

東灘区 深江南親交クラブ

植田 延生

令和2年11月、前会長が逝去され急遽、会長代行としてスタートいたしました。

中、何も分からず右往左往の出来事で、最初に取り組んだ年1

回の誕生会では沖縄舞踊を楽しむ、会員の皆様に助けられ無事終了。

は会計処理、区まちづくり課の方々に助けていただきやと令和2年度を終えました。

引き継ぎながら、去年苦勞した誕生会は落語2人会、本庄婦人会民謡部の踊り、75年ぶりに復活した深江音頭を皆さんで踊り、楽しみました。少し余裕が出てきたか!! 後は、令

和3年度の締め括りに向かって進めていきたいと思ひます。来年度(令和4年度)には、少し内容等も変更しつつ、前進していきたいと思ひます。



はり・きゅう・マッサージ

施術料を
3,000円
助成します



令和4年3月1日から申請受付開始

対象者 令和4年4月1日現在、神戸市在住で満70歳以上(昭和27年4月1日以前生まれ)の方

助成内容 保険適用外のはり・きゅう・マッサージの施術を受けた場合、1年間で3,000円(1,000円の割引券を3枚)助成します。

申請書は、区役所等(各区役所健康福祉課、北須磨支所保健福祉課、北神区役所保健福祉課、玉津支所保健福祉サービス、各出張所)の窓口や、割引券を取り扱う施術所に置いています。または官製はがきに、住所・氏名・生年月日・電話番号をご記入の上、『〒650-8570(住所不要)神戸市福祉局 国保年金医療課 はり・きゅう・マッサージ助成係』まで送付ください。過去に申請し認定された方へは、翌年以降も毎年3月末ごろ継続して割引券をお送りします。



お問い合わせ先 | 神戸市総合コールセンター ☎0570-083330 または 078(333)3330 078(333)3314

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

①足にこのような症状はありませんか?

- クモの巣状の血管がある
- 足の血管が浮き出ている
- 足の皮膚が黒っぽい
- 足が浮腫む
- 足が重い・だるい・かゆい
- 足の血管がポコポコ浮いている
- こむら返りで夜中に目覚める(足がつる)
- 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる、ただれている

これらの症状がある方は下肢静脈瘤の可能性あります。

無料 静脈瘤の無料検査

当院では、下肢静脈瘤の無料検査を行なっております。

- 超音波(エコー)による下肢静脈瘤のチェック
- 検査キットによる血管年齢測定

電話予約制です。(ネット予約できません)

3月の検査日程 12(土)・16(水)・19(土)・23(水)・26(土)・30(水)

静脈瘤の無料検査は13:00~16:00に実施します ※開催日時要確認



下肢静脈瘤 / 痔 / そけいヘルニア 日帰り治療・手術専門クリニック

神戸静脈瘤クリニック ☎078-230-1122

診察日/月、火、水、金、土 (休診:木・日祝)
時間/午前:9:00-12:00 午後:13:00-17:00



クリニックへのアクセスはこちらから
所在地 兵庫県神戸市中央区磯上通7丁目1-8
三宮プラザWESTビル7階
※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。