多種多彩なものが並びます

準備のようす（会員さんのガレージにて）

ど多種多彩でした。〝家の中はスッキリ整理ができ、広くなり気持ちがよくなった〟との声も寄せられ満足しています。

売上金は長年、子どもたちの支援に携わっている「大池チャイルドキッチン」様に全額寄付しました。

また、出品物の一部はNPO法人「太陽の家」へ提供しました。また次回のバザールも考えています。

その時は、他のクラブの方々のご見学・参加も期待しています。

会員のみなさんでパシャリ

健康で仲間と楽しくふれあい！

健康マージャンを楽しむ会員

須磨区　西落合松寿会　山本　賀一

前会長の急逝により、急遽会長を引き受けてから5年目となりました。その間、前会長の肝いりで認知症予防に良いとのことで、健康マージャンを導入、前副会長の発案で健康吹き矢・輪投げの導入、また、入会案内チラシ配布など、順調に会員が増えておりました。

ところが令和2年からのコロナ禍により、思うような活動ができず、誕生日会、健康と長寿を祝う会などの主な行事を中止せざるを得ませんでした。皆さんお楽しみのふれあい喫茶（ふれまち主催）も自粛中となって、令和2年度3年度と退会者が出る結果となりました。

このような状況の中、女性に人気の健康マージャンやカラオケ（1人ずつ歌うグループとみんなで歌うグループ有り）、屋外ではグラウンドゴルフなどのサークル活動。また、朝のラジオ体操参加や西落合公園の清掃奉仕活動、子どもの登下校見守りなどの活動をしています。今年度も、まだ十分に活動できる状況ではありませんが、サークル活動やボランティアへの参加者が増えるよう会員の皆さんに呼びかけて、会員増強に繋げていきたいと思います。

一日も早く新型コロナが収束して、感染に気を使うことなくサークル活動ができるようになって「健康で楽しく仲間とふれあい」ができる活動となるよう願っています。

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

しあわせの村　本館・宿泊館

2022年12月1日（木）～2月28日（火）

冬の味わいプラン

除外日 12/31～1/3・2/13～2/17

冬の味わいプラン		平日	休前日
1名利用	高齢・障がい	11,800	13,000
	一般	14,300	16,000
2名利用	高齢・障がい	11,300	12,500
	一般	13,800	15,000
3名利用	高齢・障がい	11,000	12,000
	一般	13,500	14,500
4名利用	高齢・障がい	11,000	11,700
	一般	13,500	14,200
5・6名利用	高齢・障がい	11,000	11,500
	一般	13,500	14,000

先付／蟹酢／寒ブリのカルパッチョ／季節の饅頭　奚館かけ
ふろふき大根の柚子味噌田楽　鱈の酒盗焼き
白子・岩津ねぎの天麩羅／黒毛和牛のすき焼き風小鍋
茶碗蒸し／　丹波篠山産コシヒカリ 赤出汁 香の物
デザート盛合わせ

・写真はすべてイメージです。
・高齢者とは65歳以上の方です。当日、年齢を証明できるものをご持参ください。
・仕入れ状況により一部内容を変更する場合がございます。
・料金は税込みです。

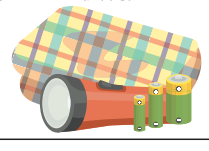
☎078-743-8000

お申しこみ・変更等は、ご利用の5日前までにお電話にて承ります。

備えて安心！防災グッズあれこれ

いつ起こるかわからない災害。
いざという時、慌てないのためにも、必需品をリュックなどにまとめておきましょう。

＜基本グッズ＞
- 貴重品（現金・保険証など）
- 救急セット（常備薬または処方箋も）
- 飲料水（最低でも水500ml）
- 非常食（ナイフ・缶切り・栓抜きも）
- 懐中電灯・ロウソク
- 携帯ラジオ（予備乾電池）
- ポケットティッシュ（ウェットティッシュ）
- 手袋（軍手）
- タオル
- ライター
- 雨具
- 予備の着替え
- 紙おむつ
- 生理用品
- メガネ・コンタクトレンズなどの日用品

※家族写真もあると、探す際に役立ちます。

＜あると役立つグッズ＞
- 折りたたみポリタンク
- アルミ保温シート（体温の低下を防ぐ）
- カイロ
- おしりふき（大判で、体ふきに便利）
- 裁縫セット
- 帽子
- ランタン
- キャンプ用品