

令和4年度 福祉研修会



認知症についての講演

その後、休憩をはさみ「笑いでコミュニケーション」と題した講演で

「認知症は、物忘れなどが横行して、日常生活が営めなくなる状態。認知症は、加齢に伴って多くの人がなる可能性がある病気。さまざまな原因や症状があり、それに対する対策が異なるため、今後の生活に備えるためにも、できるだけ早期に診断を受けることが望ましい。」

令和5年2月22日(水)に神戸文化ホール中ホールで、616名の会員が参加し、令和4年度の福祉研修会を開催しました。



4年ぶりの開催
認知症について学ぶ



兵庫区出身の落語家 桂あやめさん

は、兵庫区出身の落語家桂あやめさんの入門から現在までの苦労話やご自身の経験から学んだコミュニケーションの重要性について、面白おかしくお話いただき、会場は笑いに包まれました。



616名の会員が参加



昭和38年創刊の「神戸老連」

700号を迎えました

おかげさまで広報紙「KOBEシニアクラブ」は創刊第1号となる昭和38年12月号「神戸老連」から数えて、今月号で700号を迎えました。また、今年で60年という記念すべき節目を迎えることができ、長きにわたる皆さまのご協力に感謝いたします。

これからも、老人クラブのいきいきとした活動のご紹介や、役立つ情報などをお届けし、会員の皆さまに親しまれる広報紙を目指します。



令和5年度 行事予定 (5~8月)

月	日(曜日)	予備日	行事名	場所
5	18(木)	19(金)	春季グラウンドゴルフ大会(個人戦)	しあわせの村
	26(金)		令和5年度定時社員総会	婦人会館
6	2(金)		友愛福祉活動にかかる研修会①	総合福祉センター
	23(金)		会長・リーダー研修会	神戸文化ホール
	29(木)		近畿ブロック老人クラブリーダー研修会	兵庫県民会館
7	7(金)		新任会長研修会	総合福祉センター
	14(金)		いきいきクラブ体操指導者養成研修会	婦人会館
	28(金)		会員増強研修会	総合福祉センター
8	8(火)		演芸の集い(打合せ①)	総合福祉センター

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

創業 65年
様々な電気のお困りに対応します!

黒住電気工事株式会社

神戸市西区北別府4丁目2118番地5
TEL.(078)974-4458

舗装工事・土木工事

大寛道路株式会社

神戸市西区平野町西戸田 894-1
(神姫バス西戸田上バス停前)
TEL.078-962-5833

神戸市認知症疾患医療センター
医療法人 実風会
新生病院
精神科
診療時間 9:30~15:00
神戸市西区伊川谷町潤和字横尾 238-475
TEL.078-919-1755

思いをカタチに
句集

TEL 078-351-3389

ニチコミ

ストレッチの一般原則

- ①反動をつけずに、ゆっくりと引き伸ばすように
- ②呼吸は止めずに、自然にリラックスして
- ③痛みのない範囲で、最低でも30秒はその姿勢を保持する
- ④引き伸ばす筋肉に意識を集中して行う
- ⑤なるべくひとつの筋肉ごとに行うようにする
- ⑥特定の筋肉だけを行うのではなく、なるべく全身の筋肉に対して行う
- ⑦運動の前、後に行う

身体の柔軟性を高め、けがや事故を防ぎましょう!

無理せず、体を動かしましょう!