



毎日の健康と転倒予防のために

令和5年7月14日(金)、婦人会館5階大会議室にて「いきいきクラブ体操」の指導者養成講習会を開催しました。この講習は、高齢者が特に低下しやすい下肢の筋力やバランス能力を改善し、転倒予

高齢者の健康促進に向けて

令和5年度いきいきクラブ体操指導者養成講習会

防を指すとともに、日常生活動作能力の低下を予防するのに役立つ「いきいきクラブ体操」を多くの会員の皆さんに広めるためのものです。

当日は、各区老連の女性委員会のメンバーを中心に52名が参加し、井上末子委員長の指導のもと「いきいきクラブ体操」を7つのパートに分割して、一つひとつの動作を確認しました。女性委員会では、講習会を毎年実施しており、受講者は、市老連・区老連の各種スポーツ大会などの準備体操でも、前に立って指導しています。



会長の心得を熱心に学ぶ

38名がクラブ運営の基礎学ぶ

令和5年7月7日(金)、神戸市立総合福祉センター第5会議室にて今年度の新任会長研修会を開催しました。この研修会は、昨年の6月以降に単位クラブの会長に就任された新任会長等が対象で、今回は38名の皆さんが参加されました。冒頭、近藤豊宣理事長より激励の開会挨拶があり、事務局から、神戸市老人クラブ連合会の組織、活動方針や主要事業など「神戸市老人ク

ブ連合会の概要」の説明がありました。続いて、文化研修部会の森松リキ子部会長が、老人クラブ組織のあり方や組織の運営など「老人クラブ運営の基本」について、ご自分の経験も踏まえ、分かりやすく講義されました。最後に、神戸市福祉局高齢福祉課松下雅子課長より、老人クラブ補助金の取り扱いについて説明があり、皆さん最後まで熱心に傾聴されました。

令和5年度 会員増強研修会

成功事例参考に意見交換



地域とのつながりが活性化の鍵



今年度の会員増強研修会を7月28日(金)、総合福祉センター第5会議室にて開催しました。研修会には、単位クラブの会長等42名が参加し、近藤豊宣理事長の開催挨拶の後、会員増強の取り組みに

休憩後の意見交換でも、参加者から、積極的な発言が多数あり、有意義な研修となりました。

ついでに、灘区都クラブの濱田亀志政会長より、都クラブでは、会員相互のつながりを強化し、地域とのつながりを持つことが会員増強に必要だと考えており、様々な事業を実施し、着実に会員が増加しているとの発表がありました。引き続き、須磨区須磨長寿クラブの高見省吾会長から発表がありました。須磨長寿クラブでは、健康麻雀、アート折り紙、ゴルフなどの新たな取り組みを導入したことから、4年前の57名から現在101名まで会員数が増加しています。特に、昨年、独自のポスターとチラシを作成し、様々な場所に掲示、また、区役所との連携協力もあって、大きな効果をあげているとのことでした。



令和5年度版「リーダー必携」1冊640円 税・送料込 (A4判 64ページ) 基本編と資料編の2編から構成され、クラブ運営を理解するうえでの基礎的な資料として、また、老人クラブの全体像を確認する資料としてご活用いただけます。

その他の全老連発行教材は 全老連 販売資料 検索

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

上下水道指定工事店 高砂市 明石市 姫路市 西宮市 神戸市 芦屋市 三木市 伊丹市 宝塚市 尼崎市 川西市 **景 設備** keisetsubi 神戸市西区押部谷町栄 252-7 1F TEL: 078-945-6020 FAX: 078-945-6021

永伸建設株式会社 神戸市西区井吹台西町1丁目6-6-1102号 TEL.078-945-6582

神戸市許可 一般産業 廃棄物 **遺品整理・生前整理** 受け賜ります **舞子運送** 株式会社 神戸市西区伊川谷町潤和字古川 1015-1 ☎(078)974-8825

各種鋼板レーザー加工、長尺曲加工、溶接、組立、塗装 **山秀工業所** 株式会社 神戸市西区見津が丘1丁目1-3 TEL: 078-995-1102 FAX: 078-995-2202

病気の早期発見と予防につとめよう 1. 健康診査や健康相談を活用しよう 2. 健康について学習しよう 3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう 4. 歯を大切にしよう

製鋼原料・非鉄金属 中古機械売買・産業廃棄物処理 計量証明(トラックスケール) **窪田窪商店** 株式会社 神戸市西区福吉台1丁目1619-2 TEL.(078)967-1351(代)

有限会社 **マリノプロジェクト** 西区平野町印路六塚 1200 TEL.078-961-1600

コーン グリ ッ ツ ソルガム・マロファットピース 及 副 産 物 製 造 販 売 **トヨバク** 株式会社 西区伊川谷町潤和字京田 951-1 TEL.(078)974-2881