

神戸市老人クラブ連合会
理事長表彰・感謝等
受賞おめでとうございます

9月18日(木)に開催された神戸市老人クラブ大会では、長年にわたり市老連役員、単位クラブ会長として、老人クラブの育成発展と活動の活性化に尽くされた方々や各種部会等で事業の遂行に尽力するなど、市老連の発展、高齢者福祉の向上に顕著な功績が認められる方々を表彰しました。

区	クラブ名	氏名
中央区	山四金星会	福田 麟太郎
長田区	五位ノ池天寿会	重松 桂子
西区	北山あけぼの会	名引 勇夫
西区	きらくクラブ	延平 理

区	クラブ名	氏名
東灘区	上御影若菜会	石田 朋子
東灘区	住吉台楽寿会	佐々木 千秋
須磨区	シニアクラブ	高見 省吾
垂水区	旭が丘悠悠クラブ	小林 孝

区	氏名
長田区	末澤 章弘

各種部会委員 4名

区	クラブ名	氏名
東灘区	上御影若菜会	石田 朋子
東灘区	空区明楽会	尾崎 美喜子
東灘区	吉田明楽会	井上 美子
東灘区	魚崎親交会	佐藤 信久男
東灘区	魚崎南8親睦会	中村 陽洋
東灘区	住吉台楽寿会	佐々木 千秋
灘区	第二岩屋ときわ会	伊澤 道雄
灘区	伯母の山倶楽部	長岡 廣徳
兵庫区	湊川寿友の会	高見 佐代子
北区	花山手悠友クラブ	桑本 進
北区	生野春日会	仲谷 靖
長田区	駒ヶ林寿会	村上 悟
長田区	新長田地区和楽会	鴨崎 文一
垂水区	神楽台三樹会	佐藤 忠篤
垂水区	西舞子友の会	前田 敏夫
西区	枝一福寿会	山本 信茂
西区	岩岡老人会	敦見 敏明
西区	平野第八愛宕会	藤田 芳浩

区	クラブ名	氏名
東灘区	田中クラブ	白石 郁子
東灘区	前田町さつき会	溝端 一美
東灘区	深江南親交クラブ	植田 延生
灘区	第四岩屋ときわ会	唐崎 緑
灘区	南八幡友田クラブ	矢方 良幸
灘区	河原高砂クラブ	岩田 友紀代
兵庫区	湊山すまいる会	山口 喜久男
兵庫区	下谷上寿友会	宮脇 三明
長田区	蓮宮親楽会	瀬戸 俊宏
須磨区	神の谷クラブ	青山 治雄
西区	王寿会	人見 道雄
西区	秋葉台春秋会	加古 滋
西区	楽栄会	坂本 昌一
西区	親栄会	國廣 篤
西区	西盛老人会	財田 正一
西区	西神第二春日会	釣 悦造
西区	西神第三春日会	長谷川 邦夫
西区	岩岡老人会	松本 茂

区	クラブ名	氏名
東灘区	魚崎南8親睦会	中村 陽洋
東灘区	深江親交クラブ	川島 行男
中央区	ふきあい寿会	田中 靖
兵庫区	夢野団地1号館寿会	栗野 富江
兵庫区	川池中部寿会	村田 加代子
北区	長尾町福寿会	富井 昭博
北区	泉台・泉寿クラブ	足立 美恵子
北区	ひよどり台クラブ	武富 利美
北区	筑栄会	宮田 潤
北区	藤原カリヨン会	山田 隆己
須磨区	神の谷コスモスクラブ	青山 治雄
須磨区	須磨寿楽会	紀田 勇夫
須磨区	北須磨健友会	藤井 良一
須磨区	南シニアクラブ	高見 省吾
須磨区	権現桜寿会	原田 末子
須磨区	白川台むつみ会	元田 朱美
垂水区	乙木フレンドズ倶楽部	鴨川 則幸

理事長表彰
単位クラブ会長 18名

理事長感謝
単位クラブ会長 18名

会員増強対策優良クラブ賞 20団体

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

街のパンやさん

有限会社

パフキン

神戸市北区有野町二丁目 329-11

TEL.(078)987-0528

美容に効果のあるツボ

指でツボをしっかりと押さえましょう。

商陽(しょうよう) 腎穴(じんけつ)

ツヤのあるお肌やむくみの解消に

血流が良くなり髪の毛が健やかに生える

※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。異常を感じたら止めてください。

足の疲れに効くツボ

胃腸の疲れや全身の免疫力アップにも効く万能ツボ！

足三里(あしさんり)

※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。異常を感じたら止めてください。

えぐさ歯科クリニック

診療時間

月 火 水 木 金 土 日

9:00~13:00

14:30~18:00

完全予約制(急患の方はお申し出ください)

※月曜日の診療は17:30までとなります

神戸市灘区将軍通3-4-22 グランボス六甲

TEL.078-861-2525

ルールを守って安全運転！

油断大敵

自転車信号無視などの危険な走行はやめましょう

×歩行者妨害

×傘さし運転

×一時不停止

×走行中の携帯電話使用

×二人乗り

×飛び出し

×無灯火

眠れない夜は...

眠たくなってから床に就く

眠気がないのに早い時刻から床に入るのはやめましょう。そんな時は一旦床から出て、就床時刻にこだわり過ぎないようにしましょう。

日中は日光を浴びて軽い運動を

朝はしっかり太陽の光を浴びて、日中の活動量を増やしましょう。