令和7年度 福祉研修会

人生100年時代へ
学び・運動・笑いの一日

「健康づくり」をテーマとした令和7年度福祉研修会を、令和8年2月27日（金）、神戸文化ホール（中ホール）において開催し、651名が参加しました。

冒頭、主催者であるKOBEシニアクラブ近藤豊宣理事長の挨拶があり、続いて、共催の大阪ガスグループ福祉財団 岩橋拓専務理事よりご挨拶をいただきました。

本研修は、例年「健康づくり教室」に共催いただいている大阪ガスグループ福祉財団が、今年10月に財団設立40周年を迎えることを記念し、特別共催事業として実施されたものです。

研修は「講演」「体操」「落語」の三部構成で行われました。


講演
岡田邦夫先生




堀江利恵先生

健康を支える食生活の基本

栄養バランスの乱れによる影響（例）

たんぱく質不足　→ 貧血
脂質の過剰摂取 → 脂質異常症
ビタミン不足　　→ ビタミン欠乏症
ミネラル不足　　→ 鉄欠乏性貧血・骨粗しょう症

生活習慣病と認知症予防

認知症（特にアルツハイマー型・血管性）は、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病と関係が深い。

バランスのよい食事＋適度な運動の習慣化が重要




落語家　笑福亭松喬師匠



その後、落語家の笑福亭松喬師匠による「笑いがつなぐ、寄席が魅せる江戸文化～寄席に見る笑いの源流～」と題した講演と落語が披露されました。江戸と上方の寄席文化の違いなど興味深い話に、会場からは大きな笑いと拍手が起こりました。

最後に、KOBEシニアクラブ友愛福祉部会福田麟太郎部会長の閉会挨拶をもって、研修会は終了しました。

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

織田歯科
おだしか
受付時間 午前 9:30～午前11:30
午後 3:00～午後 6:30
休診　木曜・日曜・祝日
（予約制）　駐車場有り（8台）
歯科全般についてご相談ください
北区日の峰4丁目2-3 ☎(078)586-2600

内科／循環器内科
うさみ内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	／
16:00~19:00	●	／	●	／	●	／	／

休診日：火曜午後・木曜午後・土曜午後・日祝
神戸市東灘区住吉宮町6-14-17
TEL 078-845-2500

坂下内科消化器科
■院　長：坂 下　正 典
■診療科目：内科・消化器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	／
16:00~19:00	○	○	○	／	○	／	／

神戸市北区星和台 6-28-4
TEL (078)593-7515　FAX 593-0065
URL http://www.sakashita-naika.com/

内科・消化器内科
医療法人社団
西原内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	／
午後 5:00~ 7:30	○	○	○	／	○	／	／

※土曜日のみ午後1時まで
北区北五葉 1-3-11 ☎(078)593-6663

おおき歯科医院
OOKI Dental Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	○	○	○	／	○	○	／
15:00~19:00	○	○	○	／	○	▲	／

※休診日／木曜・日曜・祝日　▲土曜日の午後は18:00まで
灘区船寺通1丁目1-20
TEL 078-806-1182

六甲なのはな眼科
日帰り手術　白内障手術　緑内障手術　硝子体注射

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
13:30~17:00	○	手術	○	／	○	／

休診日：木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
神戸市灘区山田町3丁目1-15 六甲アトリエハウス2階
TEL 078-841-7087
https://www.rokko-nanohana-eyeclinic.com

内科 二見クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	／	○	／	○	／

往診可　休診日　火・木・土曜午後、日曜、祝日
神戸市北区有野台6丁目19-8
TEL.078-981-1848

山中眼科クリニック
眼科診療一般　網膜レーザー手術　白内障手術相談
コンタクトレンズ　各種検査
東灘区住吉本町1丁目2-1リブ3F TEL.078-851-9778

眼科 やまなか医院
【日帰り白内障手術センター】
眼科診療一般　白内障手術　網膜レーザー手術
その他手術　コンタクトレンズ
東灘区御影本町 4-10-1 ビエラ御影 3F　TEL.078-841-4113