

# 平成27年度若手委員が取り組む老人クラブ活性化事業

## 阪神南 平成28年3月25日(金)

尼崎市立総合老人福祉センター/46名  
いきいきクラブ 体操の普及推進と健康セミナー  
介護予防対策実践講習会  
貯筋を増やそうをテーマにロコモティブ  
シンδροーム、特にサルコペニア対策として  
最新の理論と実践を学ぶ。



## 阪神北 平成27年10月15日(水)

猪名川町文化体育館/34名  
地域の歴史再発見  
ウォーキング  
椎茸栽培の歴史と  
ノウハウを学び危  
惧種のハッコウ  
とんぼの生息域を  
探訪する。



## 平成28年2月19日(金)

宝塚市さらら仁  
川/25名  
高齢者にやさし  
い食のセミナー  
缶詰や乾物を使  
って簡単に料理  
しよう!



## 東播磨 平成27年10月21日(木)

播磨町福祉会館/  
33人  
健康サロン  
健康づくりの講話  
と簡単な体操



## 平成27年11月4日(金)

播磨町内/50名  
ふるさと歴史探  
訪ウォーク  
人と人の繋が  
りが崩れかけて  
いる今、史跡を  
巡りながら故郷  
を愛する心を育  
み、仲間と楽し  
く歩く



## 北播磨 平成27年12月17日(金)

多可町中央公民館/100名  
いきいきクラブ 体操と講演  
「生涯生旬～人生の旬は自分で創る」  
クラブの活性化・勧誘方法などについて  
講演



## 中播磨 平成27年11月19日(木)

市川町スポーツセンター/36名  
ニュースポーツで仲間づくり  
フライングディスク、囲碁ボール、スカッ  
トボール、シャッフルボード、トリコロキ  
ューブ、カローリング



## 西播磨 平成28年1月26日(火)

太子町保健福祉会館/61名  
若手リーダー研修会  
活動報告、意見交換、いきいきクラブ体操



## 但馬 平成27年9月26日(土)

豊岡市日高町兵庫県立但馬ドーム/28名  
グラウンド・ゴルフ指導者講  
ルールやマナー・技術の習得を通じて、リ  
ーダーの養成をする。



## 丹波 平成27年11月5日(木)

篠山スポーツセンター/60名  
丹波篠山デカンショ節講習会  
デカンショ節の歴史、踊りに触れ、老人ク  
ラブの教養研修と健康増進、会員増強を含  
めた交流を実施



## 淡路 平成27年10月22日(木)

洲本市五色GGドーム/299名  
スポーツ振興大会でリフレッシュタイム開催



## 平成28年2月25日(木)

サークル活動発表会でリフレッシュタイム開  
催/176名 (南あわじ市福良地区公民館)  
女性・若手委員で大笑いのオリジナル手法を  
作成して、実践し、仲間づくり、健康づくり、  
しあわせづくりを行う。