

# 平成29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30年2月9日(金)  
大阪ガス今津総合グラウンド体育館  
/57名

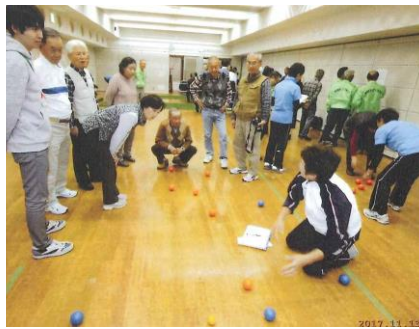
## ポールウォーキング講習会

ポールウォーキングについて、プロジェクターを使って、健康づくり・介護予防の効果等の説明があり、各自の身長に適したポールを持って、グループに分かれ、サポートを得ながら実技のポイントを実践した。



**阪神北** 平成29年11月13日(月)  
東リいたみホール/77名

老人クラブ活性化第2弾(ニュースポーツ)  
地域の歴史再発ニュースポーツを通じて高齢者の介護予防や健康づくりの普及、推進を行うために指導者公園会の実施  
マグダーツ・室内ペタンク・囲碁ボール



**東播磨** 平成29年11月17日(金)  
県立考古博物館/71名

## 健康生きがいつくり事業

認知症の早期発見と、認知予防のための生活習慣についての学習と脳はつらつカルタでゲーム、幼いころの思い出を語る回想法等脳の活性化を促す方法を研修した。



**北播磨** 平成29年10月2日(月)  
加西市健康福祉会館/64名

いきいきクラブ体操とおしゃれセミナー  
いつまでも若々しさを保つには、お洒落、笑顔、立居振舞を日々実践して楽しくクラブことを学びました。



**中播磨** 平成29年12月13日(火)  
福崎町文化ホール/40名

## 認知症予防に向けた運動

「いきいきクラブ体操」と「コグニサイズ」～認知症予防に向けた運動」を行った。



**西播磨** 平成30年2月27日(火)  
赤穂市民総合体育館/45名

若手委員が取り組む老人クラブ活性化事業  
各自が現状の体力度を把握し、体力度に沿った健康づくりと仲間づくりに取り組む  
いきいきクラブ体操、体力測定、室内化リング協議、安全吹き矢「フリーブロー」



**但馬** 平成29年11月17日(金)  
豊岡～竹野～香住～豊岡/41名

## 山陰海岸ジオパークツアー

意外と知らない地元の宝「山陰海岸ジオパーク」エリアを周り、知識を深めるとともに親睦と交流を図った。



**丹波** 平成29年11月21日(火)  
立杭陶の郷/60名

## 陶芸の体験で交流会

立杭焼の歴史を学び、陶芸を体験しながら、老人クラブ会員同士交流を図った。



**淡路** 平成29年10月12日(木)  
洲本市五色GGド-ム/400名  
スポーツ振興大会

平成29年11月8日(水)

洲本市五色GGド-ム/40名  
ゲートボール大会

平成29年11月21日(火)

南あわじ市 /600名  
グラウンドゴルフ大会