

令和元年度若手委員が取り組む老人クラブ活性化事業

阪神南 令和元年 12月4日(水)
芦屋市民センター/48名

トリコロキューブ講習会

3チームが同時に対戦し、サイコロの出目や得点エリアにより得点が高くなる高度な作戦を要するスポーツで、最後まで結果が不確定で、一発逆転の要素もあり、笑いと歓声が絶えないニュースポーツであるトリコロキューブを実施した。



阪神北 令和2年 1月30日(木)
プレミア宝塚/27名

認知症予防の体操や脳トレレクレーション
サロンや例会、クラブ活動で簡単に取り入れることができる認知症予防の体操や脳トレレクレーションの習得、活用を目指し体験した。今後、資料やDVD付書籍も使用し各クラブで実践していく。



東播磨 令和元年 11月11日(月)
明石市立勤労福祉会館/103名

明石市市政100周年・築城400年記念講演会

明石市の節目の年にあたり、「歴史から探る 明石の魅力」と題して明石市文化振興課長を講師として講演会を開催した。



北播磨 令和元年 11月22日(金)
西脇市総合福祉センター/60名

老人クラブ活性化事業のための講演会

「老人クラブの活性化」をテーマに大阪ソーシャルワーカー協会会長の犬塚先生に講師をお願いし、今後の老人クラブの役割や社会参加等について聴講した。



中播磨 令和元年 12月13日(金)
神河町役場神河支庁舎健康学習室/47名

歯科衛生士による講演

「健口が支える元気に長生き！」～知って得する健口のコツ～と題し、歯科衛生士山口氏による講演会を開催。



西播磨 令和元年 12月6日(金)
スポニックパーク宮/55名

ロコモ予防に関する講演と体操の体験

ロコモ予防体操実践者の、体操を始めてから現在までの心と身体の変化・実体験についての講演と、「疲れ痛みを改善する寝たまま体操」を体験。



但馬 令和元年 10月16日(水)
山陰海岸ジオパーク館ほか/30名

山陰海岸ジオパーク館見学と交流うどん打ち体験

ジオパークに関する資料や地層など、館長により説明を受け、健康づくりの一環で足腰を使ってこしのあるうどん作りををして交流を図った。



丹波 令和元年 11月15日(金)
丹波篠山市「立杭陶の郷」/57名

陶芸に関する講和と体験

立杭焼きについて話を聞き、実際に土をこねて思い思いの作品づくりを体験し、会員同士の交流を図った。



淡路 令和元年 10月18日(金)
五色GOGOドーム/スポーツ振興会

令和元年 11月19日(火)
三原健康広場グランド/GG大会

令和元年 12月5日(木)

ふるさとセンター/囲碁ボール大会

高齢者の健康維持増進、会員相互の親睦を深め交流の輪を広げた。 延べ 1040名

