



日	月	火	水	木	金	土
			1 天皇の即位の日	2 国民の休日	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7 ◆琴友会甲南 10:00~ ●セラバンド体操 13:00~	8 ●ゆるゆる若返り体操 10:00~ ◆なかよしクラブM 13:00~ ▲ふれあいサロン 13:30~	9 ●太極拳 14:00~	10	11 ◆懐メロ&昭和歌謡「第2土曜歌の会」 10:00~ 14:00~
12	13 ●甲南シニアエアロ 10:00~ ◆三線サークル 14:00~ ▲みんなの和ははひろば 14:00~	14 ◆琴友会甲南 10:00~	15 ●うはらシニアエアロ 10:00~ ◆なかよしクラブM 13:00~ ▲ふれあいサロン 13:30~	16 ●太極拳 14:00~	17 ●ダンベル体操 10:00~	18
19	20 ●甲南シニアエアロ 10:00~ ◆三線サークル 14:00~ ▲みんなの和ははひろば 14:00~	21 ●にじいろウォーク 9:45~ ◆琴友会甲南 10:00~	22 ●ロコトレ体操 10:30~ ◆なかよしクラブM 13:00~ ▲ふれあいサロン 13:30~	23 ●太極拳 14:00~	24 ◆楽しい書 13:30~	25 ▲民謡のつどい 14:00~
26	27 ●甲南シニアエアロ 10:00~ ◆三線サークル 14:00~ ▲みんなの和ははひろば 14:00~	28	29 ●うはらシニアエアロ 10:00~ ◆なかよしクラブM 13:00~	30 ●太極拳 14:00~	31	

●運動 ◆文化 ▲交流
※開催場所、詳細は裏面をご覧ください

ブロック・ 支部活動

和はは体操で健康になろう!

楽しく体を動かす時間を少しでもつくりませんか?

日時 5月15日(水) 10:00~11:30

会場 田中公会堂 2階和室

日時 5月16日(木) 10:00~11:30

会場 本山西地域福祉センター

日時 5月20日(月) 14:00~15:30

会場 うはら多機能ホーム1階地域住民交流室

日時 5月22日(水) 14:00~15:30

会場 御影大手会館

日時 5月24日(金) 10:00~11:30

会場 本山西地域福祉センター

参加費 100円 申込み不要 **持ち物** タオル・飲み物

にじいろウォーク

福知山線廃線跡を歩こう

日時 5月21日(火)

会場 9:45にじいろクリニック集合

10時出発 阪急岡本駅から電車で宝塚まで行きます。そこからバスに10分ほど乗り、ハイキングコースへ。

参加費 無料(交通費自己負担 1000円程度)

持ち物 タオル、飲み物、弁当、帽子、懐中電灯

住吉台歌のひろば

ギターの演奏に合わせて昭和歌謡や童謡などを歌います。楽しい歌の時間を過ごしましょう。

日時 6月6日(木) 13:30~15:00

会場 県営住吉台団地第1集会所

参加費 100円

太極拳

日時 5/9(木) 14:00~16:00 会場 横屋会館
5/16、23、30(木) 14:00~16:00 会場 組合員センター甲南
参加費 月1000円

ダンベル体操

日時 5/17(金) 10:00~11:00
会場 組合員センター甲南 参加費 無料

ゆるゆる若返り体操

日時 6/3(月) 10:00~11:00 5月はお休みです
会場 ハイム本山1階 参加費 無料
日時 5/8、6/12(水) 10:00~11:00
会場 地域住民交流室 参加費 1回100円 ※定例:第2水曜

ロコトレ体操

日時 5/22(水) 10:30~11:30
会場 組合員センター甲南 参加費 無料

うはらシニアエアロ

日時 5/15、29、6/5(水) 10:00~11:00
会場 地域住民交流室 参加費 月500円

青木ロコトレ体操

日時 6/7(金) 14:00~15:00 5月はお休みです
会場 市営青木南住宅 集会所 参加費 月100円

甲南シニアエアロサークル

日時 5/13、20、27、6/10(月) 10:00~11:00
会場 組合員センター甲南 参加費 1回500円(年会費500円) ※定例:第2・3・4月曜

にじいろウォーク

日時 5/21(火) 9:45にじいろクリニック集合 10:00出発
参加費 無料 福知山線麻線跡を歩こう 持ち物:タオル、飲み物、弁当、帽子、懐中電灯

セラバンド体操

日時 5/7、6/4(火) 13:00~14:00
会場 田中公会堂 参加費 無料 持ち物:タオル、飲み物

琴友会甲南(大正琴のサークル)

日時 5/7、14、21、6/4(火) 10:00~
会場 組合員センター甲南 参加費 月3回1800円

三線サークル

日時 5/13、20、27、6/3、10(月) 14:00~16:00
会場 組合員センター甲南 参加費 月3500円

歌いましょう♪懐メロ&昭和歌謡「第2土曜歌の会」

日時 5/11、6/8(土) 10:00~12:00 会場 御影公会堂
5/11、6/8(土) 14:00~16:00 会場 組合員センター甲南
参加費 月1回200円(初めての方は歌集代2000円)

楽しい書(書道サークル)

日時 5/24(金) 13:30~15:30
会場 組合員センター甲南 参加費 月1回500円(材料費込み)

なかよしクラブM(麻雀サークル)

日時 5/8、15、22、29(水) 13:00~16:00
会場 組合員センター甲南 参加費 あり

住吉台歌のひろば

日時 6/6(木) 13:30~15:00
会場 県営住吉台団地 第1集会所 参加費 100円
県営住吉台団地10号棟北側くるくるバス停「住吉台県住前」南側

みんなの和ははひろば

日時 5/13、20、27、6/3、10(月)
14:00~16:00(開放しています) 5/20は和はは体操 参加費100円
14:00~15:00(脳トレコーナーに参加できます) 参加費 無料
会場 うはら多機能ホーム1階 地域住民交流室

ふれあいサロン

日時 5/8、15、22(水) 13:30~15:00
会場 うはら多機能ホーム1階 地域住民交流室 参加費 100円
※お好きな時間にお立ち寄りください

要申込み

ろっこう医療生活協同組合 組合員活動支援部

神戸市灘区水道筋 6-7-11

TEL 078-802-3424

受付時間 平日 9:00 ~ 17:00

●ブロック通信はWebサイトにも掲載しています
<http://www.rokko-mcoop.or.jp/monthly>

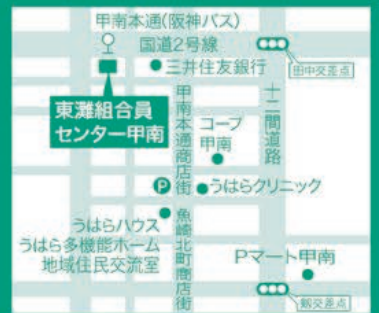


東灘組合員センター 甲南

神戸市東灘区
甲南町3-9-17 1F

うはら多機能ホーム 地域住民交流室

神戸市東灘区
魚崎北町6-9-18



災害発生時の組合員活動について

①警報発令時

当日の朝7時現在、「神戸市」に暴風・大雨・洪水・大雪などの警報が発令中の場合

②地震発生時

「神戸市」に震度5弱以上の地震が発生した場合

上記の場合、その日の取り組みはすべて中止とします。また、その他にも状況により危険が予想される場合は中止の措置をとることがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。

セラバンド体操

日時 6月4日(火)
13:00~14:00

場所 田中公会堂

参加費 無料

持ち物 タオル、飲み物

民謡のつどい

日時 5月25日(土) 14:00~16:00

場所 組合員センター甲南 参加費 100円

三味線に合わせて
みなさんと民謡を
唄いましょう!

ゆるゆる若返り体操

日時 5月8日、6月12日(水)
10:00~11:00

場所 うはら多機能ホーム1階
地域住民交流室

参加費 100円

持ち物 バスタオル、飲み物、
汗拭きタオル

「けんこうクラブ」では、組合員3名以上が定期的に集まり様々な活動をしています。結成すると、組合員集会所が月1回無料になるなどの特典もあります。