



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
<p>「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、組合員集会室が月1回無料になるなどの特典もあります。</p> <p>▲NPO法人花たば・お茶処(月～金曜日)</p>						
5 こどもの日	6 振替休日	7 ●リズム体操 10:00～	8 ◆囲碁 10:00～ ▲お手玉あそび隊 10:00～	9 ●歩こう会 9:00～ ●セラバンド体操 13:30～	10 ●ダンベル体操 14:00～	11 ◆フラワーアレンジメント 10:00～ ◆紙芝居サークル 13:30～
12	13	14 ●リズム体操 10:00～ ▲脳トレ雀 13:00～	15 ◆水彩画クラブ 10:00～ ◆囲碁 10:00～	16 ●歩こう会 9:00～	17 ●ダンベル体操 14:00～	18 ◆3R布ぞうりサークル 13:00～
19	20 ▲おはなしぼけつと 9:30～ ▲脳トレ雀 13:00～	21 ●リズム体操 10:00～ ◆初心者カメラ 13:00～	22 ▲ふれあい食事会 12:00～	23 ●歩こう会 9:00～ ●MSストレッチ体操 10:00～ ●セラバンド体操 13:30～	24 ●ダンベル体操 14:00～	25
26	27 ▲すずらん(脳いきいき教室) 13:00～ ▲脳トレ雀 13:00～	28 ●リズム体操 10:00～	29	30 ▲楽しい音楽会 13:30～	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

#### 歩く脳トレ体操

～スクエアステップ～

**日時** 5月7日、6月4日(火)  
10:00～11:00

**会場** 摩耶地域福祉センター

**日時** 5月13日(月)  
14:00～15:00

**会場** なだ組合員集会室

**日時** 5月16日(木)  
15:00～16:00

**会場** 原田資料館

**参加費** 無料

**持ち物** 飲み物、タオル、  
室内用の靴(お持ちの方)

転倒予防、認知機能向上、体力強化を目的としています。

#### 灘区健康体操

**日時** 5月9日(木)  
10:00～11:00

**会場** 灘中央自治会館  
(稗田小学校南、稗田公園内)

**講師** 灘区健康体操会の皆さま

**参加費** 無料 申込み不要

飲み物持参  
お手伝い募集中

#### 灘診療所・健康教室

テーマ  
「地域連携室について」

**日時** 5月16日(木)  
14:00～

**会場** 灘診療所待合室

#### ごもう喫茶

**日時** 5月21日(火)  
10:00～11:30

**会場** 五毛会館1階

**参加費** 100円 申込み不要



運動

### リズム体操

日時 5/7、14、21、28(火) 10:00~11:00  
参加費 月の初回無料 2回目以降1回20円

### セラバンド体操

日時 5/9、23、6/13(木) 13:30~14:30  
参加費 1回20円

### ダンベル体操

日時 5/10、17、24(金) 14:00~15:00  
参加費 1回20円

### 歩こう会

日時 5/9、16、23(木) 9:00 出発  
参加費 無料

### MSストレッチ体操

日時 5/23(木) 10:00~11:00 参加費 100円  
会場 摩耶地域福祉センター2階 持ち物 バスタオル、タオル

### 紙芝居サークル

日時 5/11(土) 13:30~15:30  
参加費 1回200円(指導料)

### フラワーアレンジメント

日時 5/11(土) 10:00~12:00  
参加費 2,000円  
※お申込みは3日前までに

### 初心者カメラサークル

日時 5/21(火) 13:00~15:00  
参加費 半期500円(途中参加は月割)+毎月100円  
※ご自身で撮影された写真をお持ちください。ワンランク上の素敵な写真づくりを指導。

### 囲碁

日時 5/8、15(水) 10:00~12:00  
参加費 月100円

文化

### 水彩画クラブ

日時 5/15(水) 10:00~12:00  
参加費 月500円

### 3R布ぞうりサークル

日時 5/18(土) 13:00~16:00  
参加費 初回300円、2回目以降100円  
持ち物 使用済みのバスタオル、手ぬぐいサイズの木綿布

### すずらん(脳いきいき教室)

日時 5/27(月) 13:00~15:00  
参加費 年間500円(お菓子代)

### ふれあい食事会

日時 5/22(水) 12:00~  
参加費 500円 ボランティア募集中

### 絵本の読みきかせ「おはなしぽけっと」

日時 5/20(月) 9:30~11:30  
参加費 無料

### お手玉あそびたい(隊)

日時 5/8(水) 10:00~11:00  
参加費 1回50円

### 楽しい音楽会

日時 5/30(木) 13:30~15:30  
参加費 100~200円(お茶代)  
(途中参加も可) ※お問い合わせは 花たば/TEL.801-6632

### NPO法人 花たば・お茶処

日時 月~金曜日 10:00~16:00  
会場 なた組合員集会所すぐ隣

文化

交流

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>



## 医療生協センター なた組合員集会所

灘区水道筋6-7-11  
医療生協センター1階

会場の記載が無い  
「けんこうクラブ」活動は、  
すべてなた組合員集会所で  
活動または集合しています。



## ブロック・ 支部活動

### 【灘中央支部】

～竹中大工道具館を見学しよう～

日時 5月21日(火) 10:00生田川公園東屋前に集合  
(布引バス停すぐ) ※虹の旗を目印に!

### 【原田支部】元気! いきいき!! 体操とエルダーサロン

日時 5月16日、6月6日(木) 14:00~16:00  
会場 原田資料館 参加費 無料 申込み不要  
(灘区内通4丁目2-24)

※神戸市保健福祉局のDVDを使って体操します。

### 【上野支部】ひとときサロン

～王子動物園で親睦をふれあおう!～

日時 5月14日(火) 13:30王子動物園入場口に集合  
持ち物 帽子、飲み物、おやつ

### 【篠原支部】たまり場「しのはら」

日時 5月27日(月) 14:00~16:00  
会場 篠原会館別館 参加費 100円 申込み不要  
血管年齢チェック(組合員参加費500円)もあわせて実施

### ダンベル体操

日時 5月23日(木) 10:00~11:00  
会場 篠原会館本館2階中会議室 参加費 無料 申込み不要

### 【摩耶支部】防災についての学習会

日時 5月28日(火) 14:00~15:30  
会場 摩耶地域福祉センター1階 参加費 無料 要申込み

### 災害発生時の組合員活動について

以下の場合、その日の取り組みはすべて中止とします。

- ①「神戸市」に朝7時現在、警報が発令中の場合
  - ②「神戸市」で震度5弱の地震が発生した場合
- その他、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。