



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 ◆漢字パズル・鶴甲 13:00~	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7 ●風の家 ロコトレサークル 14:00~	8 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~ ◆刺しゅう 14:00~	9 ◆謡と仕舞 13:00~	10 ◆フラワーアレンジ 10:00~ ◆コーラス虹の会 10:30~	11
12	13 ▲憩いの広場 ムーン 11:00~ ◆三線 18:00~	14 ●ロコトレ体操 10:00~ ▲ふれあい お食事会 11:00~	15 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~ ●ロコトレ体操 10:00~	16 ●歩こう会 10:00~ ◆漢字パズル・鶴甲 13:00~	17 ◆コーラス虹の会 10:00~ ◆漢字パズル・六甲道 14:00~	18 ●リズム ダンベル体操 10:00~
19	20 ▲憩いの広場ムーン 11:00~ ●チェアエクササイズ 11:00~ ◆三線 18:00~	21	22 ◆書道クラブ 10:00~ ●ロコトレ体操& セラバンド体操 14:00~	23 ◆謡と仕舞 13:00~ ●マハラジャろっこう (Discoエクササイズ) 14:00~	24 ◆コーラス虹の会 9:30~	25 ●リズム ダンベル体操 10:00~
26 ◆男の料理教室 9:30~	27 ▲憩いの広場 ムーン 11:00~ ◆三線 18:00~	28 ●エクササイズ びっくり3 18:00~	29 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~	30	31 ◆コーラス虹の会 9:30~	

●運動 ◆文化 ▲交流
※開催場所、詳細は裏面をご覧ください

六甲南支部

～下水処理場の見学にいこう!～

日時 5月28日(火) 10:00~

9:00 JR六甲道駅改札前 集合

時間厳守

当日虹の旗を掲げていますので目印にしてください。見学先までの往復の交通費は実費となります。

マハラジャろっこう(Discoエクササイズ)

日時 5月23日(木) 14:00~16:00

会場 風の家(六甲町2 風の郷公園内)

参加費 1回100円

※70年代、80年代のリズミカルな音楽に乗って、腰を痛めない歩き方のレッスンも。4~5名募集。男性もどうぞ。

六甲道診療所からお知らせ

患者と職員でつくる学習会

「医師との信頼を築くには」

“こんな診察を受けたかったのに”

“いつもは聞けないが、なぜあんな診察・検査が必要なのか?”

“かかりつけ医を変えようと思うのだが”

日時 5月29日(水) 14:00~15:00

会場 六甲道組合員センター

患者さんの本音を聞かせてください。職員からもホントのところをお話します。

かしこい医療のかかり方、医師との信頼の作り方を話し合ってみませんか。

どなたでもご参加できます。

ブロック・
支部活動

エクササイズびっくり3 ※初回のみ **若千名募集**
 日時 5/28(火)18:00~20:00
 参加費 200円(資料・コーヒーお茶代)
 ※「加齢による身体の変化」、「運動による健康長寿」、「健康維持のための運動実技」などに関心ある方ならどなたでも。図解入り資料を使って学習します。介護予防の運動テクニックも練習します。

フラダンス・ハイビスカス ※初回のみ **若千名募集**
 日時 5/8、15、29、6/5(水) 9:30~11:30 参加費 1500円

ロコトレ体操
 日時 5/14、6/11(火) 10:00~11:00 会場 高羽会館
 日時 5/15(水) 10:00~11:00 会場 六甲地域福祉センター
 参加費 無料

ロコトレ体操&セラバンド体操
 日時 5/22(水) 14:00~15:00 参加費 無料

マハラジャろっこう(Discoエクササイズ)
 日時 5/23(木) 14:00~16:00 参加費 1回100円
 会場 風の家(六甲町2 風の郷公園内)
 ※70年代、80年代のリズミカルな音楽に乗って、腰を痛めない歩き方のレッスンも。4~5名募集。男性もどうぞ。

歩こう会
 日時 5/16(木) 10:00~ 行き先 荒牧バラ公園 (弁当持参)
 日時 6/6(木) 10:00~ 行き先 弓弦羽神社 (弁当不要)
 参加費 無料 集合場所 10:00六甲道診療所前集合

チェアエクササイズ
 日時 5/20(月) 11:00~12:00
 会場 徳井会館 参加費 1回500円
 ※椅子に座ってする体操です。専門のインストラクターが指導します。

風の家ロコトレサークル
 日時 5/7(火) 14:00~16:00 会場 風の家

リズムダンベル体操 **募集なし**
 日時 5/18、25(土) 10:00~11:00
 参加費 初参加の場合のみ200円

三線 ※初回のみ
 日時 5/13、20、27(月) 18:00~20:00 参加費 月4000円

フラワーアレンジ
 日時 5/10、6/14(金) 10:00~15:00 参加費 材料費実費

男の料理教室
 日時 5/26(日)9:30~(調理) 12:00~(昼食) 参加費 1000円

刺しゅう
 日時 5/8(水) 14:00~16:00 参加費 材料費実費

謡と仕舞
 日時 5/9、23(木) 13:00~16:00 参加費 月2回2000円

漢字パズル・六甲道
 日時 5/17(金) 14:00~16:00 参加費 1回100円

書道クラブ
 日時 5/22(水) 10:00~12:00 参加費 1回500円

漢字パズル・鶴甲
 日時 5/3(祝)、16(木) 13:00~15:00 参加費 月2回300円
 会場 コープ鶴甲集会室

コーラス虹の会
 日時 5/10(金)10:30~12:00 会場 トラストグレイス御影
 日時 5/17(金)10:00~12:00 会場 神戸高校同窓会館
 日時 5/24、31、6/7(金)9:30~12:00 会場 六甲道組員センター
 参加費 月4回2,000円
 ※【神戸高校同窓会館】灘区域の大通1丁目・市バス2・18系統神戸高校前下車すぐ

ふれあいお食事会
 日時 5/14(火) 11:00~(受付) 参加費 月1回500円
 ※お申し込みは六甲道診療所まで。キャンセルの場合も必ずご連絡ください。
 奇数月はオルガン、オカリナなどの演奏ボランティアが来られます。

憩いの広場ムーン **ボランティアさん募集(月1回でも)**
 日時 5/13、20、27、6/3(月) 11:00~15:00
 参加費 100円(喫茶代) ※お好きな時間にいつでもお立ち寄りください。

※手芸は、現在休止中です。

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>

六甲道組員センター
 神戸市灘区
 桜口町3-2-2-1F
 会場の記載がない
 「けんこうクラブ」活動はすべて
六甲道組員センターが会場です



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。

「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。

**ろっこう医療生協 子育て広場
親子の元気を応援する! ろっこちゃんクラブ**

●神戸薬科大学学生さんによる
 「子どもとママのお薬の話」

日時 5月23日(木) 10:00~11:30
会場 南八幡会館1階(灘区役所北側)
参加費 100円
参加対象 未就学児と保護者 **要申込み**