



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------|---|----------------------------------|------------------------------|---------------------------|---|----|
| | | | | 1 | 2 ◆コーラス虹の会 9:30~ ◆漢字パズル・鶴甲 13:00~ | 3 |
| 4 | 5 ◆三線 18:00~ | 6 | 7 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~ | 8 ◆謡と仕舞 13:00~ | 9 ◆コーラス虹の会 10:30~ | 10 |
| 11 山の日 | 12 振替休日 | 13 | 14 | 15 ◆漢字パズル・鶴甲 13:00~ | 16 ◆漢字パズル・六甲道 14:00~ | 17 |
| 18 | 19 ●チェアエクササイズ 11:00~ ◆三線 18:00~ | 20 | 21 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~ | 22 ◆謡と仕舞 13:00~ | 23 ◆コーラス虹の会 9:30~ | 24 |
| 25 ◆男の料理教室 9:30~ | 26 ◆三線 18:00~ | 27 ●エクササイズ びっくり3 18:00~ | 28 ◆書道クラブ 10:00~ | 29 | 30 ◆コーラス虹の会 9:30~ | 31 |
| 9/1 | 2 ▲憩いの広場 ムーン 11:00~ ◆三線 18:00~ | 3 ●風の家 ロコトレサークル 14:00~ | 4 ●フラダンス・ハイビスカス 9:30~ | 5 | 6 ◆コーラス虹の会 9:30~ ◆漢字パズル・鶴甲 13:00~ | 7 |

ブロック・ 支部活動

六甲道診療所こども企画

「認知症キッズサポーター養成講座」

日時 8月20日(火) 14:00~15:30

会場 六甲道組合員センター

参加費 無料 定員小学生12名
要申込み 下記TELもしくは、
yoyaku2019@rokko-mcoop.or.jpまで

講師 神戸市認知症キャラバンメイト
六甲道診療所 田上看護師

認知症キッズサポーターとは・・
認知症のことを正しく学び、認知症の人を温かく
見守ることができる小学生です。受講後に、
サポーターの証オレンジリングを差し上げます。
高齢者疑似体験も行います。目が見えにくい、
足が不自由な人の気持ちを知ることができます。
保護者の方も一緒に参加できます。


風の家 ロコトレサークル

日時 8月6日(火)
14:00~16:00

参加費 100円 要申込み

「100歳まで安全に歩く」ために、
健康運動指導者とストレッチ・ロコトレ(筋トレ)・
セルフマッサージを皆さんで行っています。
茶話会もあり楽しく交流している
けんこうクラブです。

エクササイズびっくり3  ※初回のみ **若干名募集**
 日時 8/27(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 **若干名募集**
 日時 8/7、21、9/4(水) 9:30~11:30 参加費 1500円

ロコトレ体操
 日時 9/10(火) 10:00~11:00 会場 高羽会館
 参加費 無料 ※8月はお休みします

スクエアステップ
 8月はお休みします

ろっこう南支部体操
 8月はお休みします

マハラジャろっこう(Discoエクササイズ) 
 日時 9/12(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
 猛暑のため9月1週目までお休みします

チェアエクササイズ 
 日時 8/19(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 9/3(火) 14:00~16:00 会場 風の家
 参加費 100円 要申込み

リズムダンベル体操
 日時 8月はお休みします
 会場 六甲道組合員センター 参加費 初参加の場合のみ200円

三線  ※初回のみ
 日時 8/5、19、26、9/2、9(月) 18:00~20:00
 参加費 月4000円

フラワーアレンジ  ※8月はお休みします
 日時 9/13(金) 10:00~15:00

男の料理教室 
 日時 8/25(日)9:30~(調理) 12:00~(昼食) 参加費 1000円

刺しゅう
 日時 9/11(水) 14:00~16:00 参加費 材料費実費


謡と仕舞
 日時 8/8、22(木) 13:00~16:00 参加費 月2回2000円

漢字パズル・六甲道
 日時 8/16(金) 14:00~16:00 参加費 1回100円

書道クラブ 
 日時 8/28(水) 10:00~12:00 参加費 1回500円

漢字パズル・鶴甲
 日時 8/2(金)、15(木)、9/6(金) 13:00~15:00
 会場 コープ鶴甲集会室 参加費 月2回300円

コーラス虹の会 
 日時 8/9(金)10:30~12:00 会場 トラストグレイス御影
 日時 8/2、23、30、9/6(金)9:30~12:00 会場 六甲道組合員センター
 参加費 月4回2,000円

ふれあいお食事会  ※8月はお休みします
 日時 9/10(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 9/2(月) 11:00~15:00 ※8月はお休みします
 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>



六甲道組合員 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
六甲道組合員センターが会場です



気象警報発令時および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

●夏休みだよ ろっこちゃん!
 ~大人気紙芝居、シャボン玉、水遊びで夏遊びしましょう~

日時 8月22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 要申込み

参加対象 未就学児、夏休みのお子様、保護者、子どもと遊びたい大人

※バザー用品(子育て用品)募集中~

秋頃バザーを予定しています。

いらなくなった子育て用品ありましたらご持参いただくか、ご連絡ください。(担当タニ080-4103-0320)

