



100歳までみんな元気で、健康で元気がよく



コロナ禍で開所したオリーブも順調に活動を進めています。先の健康まつりでは、会員のパワー全開で、大いに楽しみました。スマホ教室も始めました。今年も新しい活動をどんどん進めて行く年にしたいと思



安井支部



コロナ前までは春・秋に実施していた、バスツアーを4年ぶりに開催しました。秋晴れのなか「亀岡夢コスモス園」「美山かやぶきの里」へ。美しいコスモスの花と懐かしいかやぶきに、ホッと心が癒される一日になりました。



度は桜の咲く頃にまた、計画してね」と言われたことが自慢です。



東西支部

「映画サークル」月に1度、耳原旭ヶ丘会館ホールで開催。新しいプロジェクトとスピーカーを買い、暗幕も張るなど工夫して、やっと「准映画館並み」になり、会員さんに喜ばれています。毎回15〜20人の参加があります。



みなと支部

2年前から3か月ごとにフレイル体操を継続しています。

これからも楽しく・気楽にをモットーに健康でが目標の上野芝向ヶ丘支部。今年はずっとの健康まで考えよう、昨年末から健康相談も始めました。さらに百済川の汚染(PFAS)についても取り組みます。

津久野支部

コロナも落ち着き、徐々にではありますが活動再開。昨年はフレイル体操なども取り入れ、支部で健康づくりの輪を広げています。毎月世話人会議を開催し、2024年は、世話人一同、一歩一歩頑張っていきたいと思います。



浜寺支部

昨年4月から復活させ



大浜支部

コロナ禍で長らく中止していたモーニングを6月より再開しました。物価高騰で大変な時期ですが、料金は当面据え置き250円です。再開を心待ちにしていた皆さん

支部のいち推し班会 & いち推し企画



もみず支部

「歌声サークル」昨年9月に発足した歌声サークル。大盛況で毎回30名以上の会員さんが集り、歌あり、お話ありの2時間、みんな童心に返り大きな声で楽しそうに歌っています。ストレス解消にも…参加自由です。のぞいてみてください。

鳳支部

「手話班会」手話は目で見ることば。聞こえない人たちのコミュニケーション手段です。手話をたくさんの人に覚えてほしい！と月1回ですが、みんなで表情豊かに手と口を動かしています。



新金岡支部

「絵手紙班」では、始めましょ」講師の言葉で集中する。画材を画



湊西支部

4年ぶりのつた「えん会。1時間半ぶつ通しでもまだまだ歌い足りないということ定例開催することになりました。

から大いに喜ばれています。みなさんの笑顔でスタッフも笑顔に。



土師・東深井支部

それぞれの班会どれもこれも、いち推しで楽しく活動しています。写真は班会での作品です。



泉ヶ丘西支部

「セラバンド班」セラバンドを音楽に合わせてゆつくり伸ばしたり戻したり単調な動作を、休憩を入れて約1時間。後はおしゃべり。



美木多支部

「フレイル予防体操」フレイル予防体操を通じて、筋力の効果や日常的に取り組む大切さを実感しています。体操前に役員さんのアコーディオンで2〜3曲演奏して、参加者も演奏者も



西陶器支部

「折り紙」を毎月1回楽しんでます。四季折々のテーマに沿って準備してくださる会員の指導で作品制作します。11月はクリスマスリースをつくりました。写真は、作品を手で得意の皆さんです。机上には可愛いサンタさんのケーキ。12月は千支の龍を予定しています。



高石中央支部

コロナ禍で中止していた玄關前行動を11月から再開しました。「現行の健康保険証を残してください」の重要政治課題の署名をお願いしています。月2回の活動ですが、4人の世話人で協力し合って、頑張っています。



高石南支部

2017年から続けている医療懇談会、14回の



「深井支部」昨年2月に出前講座で事務局から講師をお迎えしてスマホ班会を始めました。今では定例化し、毎月行っています。高齢者ばかりでなかなか覚えるのが大変ですが、楽しい班会になっています。



八田・宮園支部

支部ではどのサークルもいち推しですが今回は「絵手紙」を紹介します。参加者はこの日を楽しみに友の家に来ます。絵手紙のモットー「下手でもいい・下手がいい」出来ばえは気にせず交流しあい作品に満足しています。



梅南支部

「みいけサロン」で誰でも立寄れるオープンな場所として、昨年3月から「健康よろずカフェ」を月1回開いています。1回目は18人参加で、まるで集会。期待が感じられます。その後少人数の参加者が語りあうのに適切な場になっています。



和泉支部



「卓球班」毎週月曜火曜の都合の良い方がたまり場に集まります。はじめはサーブもうまく打てなかった人も時にはパシッとスマッシュが決まり拍手が起きたり、珍プレーに笑い転げたり。65歳から90歳まで和泉あいあいと楽しく活動しています。



高石東支部

「認知症サポーター養成講座」高石市地域包括ケアセンターから3名のスタッフ。受講者は他支部からの参加を含めて12名。終了後に配られたオレンジリングを全員が腕に付けて撮影。コロナに負けず元気で。



「たまり場の運営」管理運営規則を決め、「きらら」名で口座登録し、水道光熱費などは口座引き落としで独立して財政運営している。月に一