

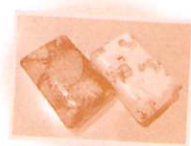
日	月	火	水	木	金	土
			1 ◆東雲書道教室 10:00~ 13:00~	2	3	4
5	6 ●ロコトレ体操 10:00~ ◆しののめ 囲碁の会 10:00~	7	8 ◆東雲書道教室 10:00~ 13:00~	9	10	11 山の日
12	13	14	15	16	17	18
19	20 ●ロコトレ体操 10:00~ ◆しののめ 囲碁の会 10:00~	21	22 ◆東雲書道教室 10:00~ 13:00~	23	24	25
26	27 ◆しののめ 囲碁の会 10:00~ ●セラバンド体操 10:30~	28 ◆おりがみ教室 13:30~ しののめ健康教室 14:00~	29 ◆東雲書道教室 10:00~ 13:00~	30	31 ▲すまいる喫茶 10:00~	

●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

地域でひとりぼっちをつくらない ふれあいひろば・さえずり

●「デコパージュ石鹸」づくり
日時 9月12日(水)
14:00~15:30
会場 二宮地域福祉センター
参加費 100円
持ち物 はさみ



※8月はお休みです

●「セラバンド体操」
時間 13:30~14:00
※毎月第2水曜日が定例

おりがみ教室

●テーマ「お月見」
日時 8月28日(火)
13:30~
会場 春日野地域福祉センター
参加費 300円
持ち物 はさみ
ボンド
ものさし
鉛筆



要申込み 締め切り:8月21日(火)
※お申込み後のキャンセルの場合、事前に材料を準備しているため、参加費(材料代)は頂戴します。後日、作り方と材料をお渡しします。

しののめ健康教室

●学習テーマ
「①フレイル(予防)
②お薬手帳の活用」
日時 8月28日(火)
14:00~15:00
会場 東雲診療所3階
参加費 無料

要申込み
東雲診療所
TEL.078-262-7236

歩く会 ※初回のみ

日時 8、9月はお休みします

参加費 無料

※活動月…3月、4月、5月、6月、10月、11月

※初めてご参加される方は要申込み。

ロコトレ体操&セラバンド体操(熊内けんこうクラブ)

日時 9/20(木) 10:00~11:00

会場 熊内集会所 参加費 無料

※定例は、第3木曜日

※8月はお休みです。

ロコトレ体操

日時 8/6、20(月) 10:00~11:00 参加費 無料

東雲フラダンス 募集無し ※8月はお休みです。

日時 9/6、20(木) 13:30~15:00

会場 コミスタこうべ

参加費 月1,800円

健康ヨガ 募集無し ※8月はお休みです。

日時 9/7、21、28(金) 14:00~15:00

会場 コミスタこうべ 参加費 月1,500円

セラバンド体操

日時 8/27(月) 10:30~11:30 参加費 無料

健康ヨガ 男女の部 募集無し ※8月はお休みです。

日時 9/7、21、28(金) 15:30~16:30

会場 コミスタこうべ 参加費 月1,500円

ダンベル体操 ※8月はお休みです。

日時 9/21(金) 10:30~11:30

しのめ囲碁の会

日時 8/6、20、27、9/3(月) 10:00~12:00

参加費 月100円

東雲書道教室

日時 8/1、8、22、29(水)

10:00~12:00 13:00~15:00

参加費 月3回3,000円

アレンジ生け花 ※8月はお休みです。

日時 9/7、21(金) 14:00~16:00

参加費 月2回4,500円(お花代)

※アレンジ生花(子ども)はお問い合わせください。

ポートアイランド「散策の会」

日時 8月はお休みします

持ち物 お弁当、すこやか手帳 参加費 無料(交通費各自)

ふれあいひろば さえずり

日時 9/12(水) 14:00~

●セラバンド体操 13:30~

会場 二宮地域福祉センター

※定例は、第2水曜日

※8月はお休みです。

ふれあいお食事会 ※8月はお休みです。

日時 9/18(火) 12:00~

参加費 500円

※9/14(金)までに要申込。

暮らしの相談室 ※8月はお休みです。

日時 9/19(水) 14:00~15:30

参加費 無料

※年金、福祉など生活相談。

すまいる喫茶

日時 8/31(金) 10:00~12:00

参加費 1回300円(飲み物と月替りお菓子)

 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

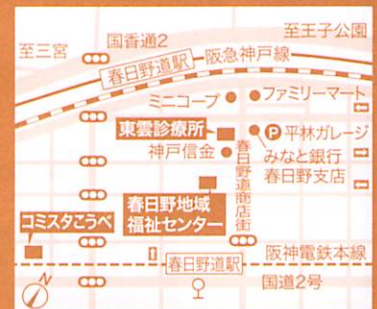
受付時間 平日 9:00 ~ 17:00

「けんこうクラブ」では、組合員3名以上が定期的集まり、健康づくりやスポーツ・文化など様々なテーマで活動しています。けんこうクラブを結成すると、ろっこう医療生活協の集会室の使用料が月1回無料になるなどの特典もついています。

東雲診療所3階
しのめ組合員
センター

神戸市中央区東雲通1-4-24

会場の記載が無い
「けんこうクラブ」活動は、
すべて東雲診療所3階の
「しのめ組合員センター」が
会場です。



警報発令時の組合員活動について

取り組み当日、朝7時現在、神戸市に暴風雨・暴風・大雨・洪水・大雪などの警報が発令中の場合は、その日の取り組みはすべて中止とします。又、警報が発令をされていない場合でも近隣の状況等により危険と判断をした場合も組合員の安全確保のため中止の措置をとることがあります。

機関紙「健康いちばん」手配りボランティアさん募集

健康いちばんは、組合員さんの手配りによって届けられています。月に1度のボランティア。ご無理のない範囲でご協力お願いします。

①宮本通1丁目 ②宮本通3、4丁目 ③坂口通1丁目

配布部数は5部程から
ご相談させていただきます。



お問い合わせ
生協本部・組合員活動支援部
TEL.078-802-3424 (担当 タニ、マツオカ)