

憩所ニュース

No. 581

令和4年 9月 1日

編集・発行 高知市老人クラブ連合会
高知市南部健康福祉センター2階
高知市百石町 3-1-30
電話 088-831-3324

高知市
高齢者
憲章

- 1.高齢者が、生き生きとした人生を送れるよう、心身の健康と安定した暮らしが守られる町にしましょう。
- 2.高齢者が、長年にわたり社会の発展に貢献してきた者として、敬愛される町にしましょう。
- 3.高齢者が、培ってきた豊かな知識と経験が、家庭や地域社会で役立てられる町にしましょう。
- 4.高齢者が、地域の人々との交流と温かいふれあいのなかでともに支え合える町にしましょう。
- 5.高齢者が、生涯を通じて学び生きがいをもって人生を過ごせる町にしましょう。

市老連ホームページ <http://www5.plala.or.jp/kochisi-rouren/>
E-mail:koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp

高知市老人クラブ連合会

第17回健康まつり

今年は交通の便がよい電車通り沿いにて開催します。

日時:令和4年10月27日(木)13:30~16:30

場所:高知会館「白鳳」(高知市本町5-6-42)

内容:健康講話「高知大学医学部附属病院リハビリテーション部

准教授 泉 仁 先生」

脳トレ・体操「第一興商」

健康相談「健康増進課」

生活相談「高知市社会福祉協議会」

定員:90名(老人クラブ会員限定) ◆先着順◆

※事前に事務局までお申込みください。(各単位クラブ会長にご案内・申込書送付しております。)

※新型コロナウイルス感染拡大状況により中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

防ごうロコモ! 延ばそう健康寿命!



女性部元気に活動中!

コロナ禍で従来の活動が出来ず、女性部員の中から「草引きにでかけよう!」と声があがり、8月2日(火)、6月に花植えをした、追手門前の花壇の草引きをしました。

新しく作成した女性部ののぼり旗を立て、赤いポロシャツを身にまとい、真夏の太陽が照りつける中、短時間にもかかわらず3袋分の草を回収しました。

次回は秋頃、のぼり旗とともに、「女性部一座」社会奉仕活動に出かけます。



老人憩所特別行事

第44回戦争と平和を語る会(報告)

今年は岸田 康彦さんをお迎えし、「高知大空襲を経験して」と題して語って頂きました。本会の講演を通して戦争の愚かさや悲惨さ、平和の尊さを語り継いでいくことの大切さを改めて参加者一同で確認しあうことが出来たと思います。

