**平成30年度・第5回運営委員会・議事録**

**平成30年8月8日（水）　10時～10時40分　　於　ながさき活動室**

1. **健康セミナー　( “広報としま” 9月1日号に掲載 )**

**開催日時 ： 9月19(水) 10：00～11:45 　　（運営委員は9：30集合）**

**開催場所 : としま産業振興プラザ（IKE・Biz）　 多目的ホール（６F）**

**講　師　：　埼玉セントラル病院長 丸山直記氏**

**演　題　：　「認知症を予防する」　１．認知症という疾患について**

**(レジメは講師が準備) ２．認知症を予防するための生活習慣**

**３．認知症予防薬**

**２. 介護予防大作戦！ IN としま 2018**

**開催日時 ： 10月5(金) 10：00～15:00**

**開催場所 :　としまセンタースクェア(区役所)**

**＊当会から 朗読、太極拳/パソコン、折り紙 の各グループが参加**

**３. 多摩市＆港区の介護予防リーダー養成受講生 見学会**

**[担当ｸﾞﾙｰﾌﾟ] 　　 [日 時] [開催場所]**

**[多摩]　：　　＊ﾌｨｯﾄﾈｽ 　　　　8月25日（土）　12：00～　 （長崎小)**

**[港区]　：　　＊ﾌｨｯﾄﾈｽ　 　　　9月 7日(金)　13：00～　 （富士見台)**

**＊朗 読 　 9月13日(木) 10：00～　　（ながさき活動室)**

**＊太極拳（24式） 9月19日（水） 13：30～　 (椎名町)**

**（港区のリーダー養成講座の方々が「ひろば椎名町」24式に体験に来ます。**

**４. グループ活動発表会**

**開催日時 ： 10月18(木) 13：30～16:30　(１７：００までに退出のこと)**

**開催場所 : としま産業振興プラザ（IKE・Biz）　 多目的ホール（６F）**

**＊ 配布された参加申込書は9月度運営委員会時に提出のこと。 (旅行G担当)**

**＊ 食費代は1,500円/人で10月度運営委員会時に集金**

**５. 老年学・老年医学の公開講座　（パンフレット参照）**

**日時＆場所 : 9月6日(木) 13:15～16：10　文京シビックホール (大ホール)**

**「健康長寿新ガイドライン」について、東京都健康長寿医療センターが開催**

**1）「食生活～いろいろ食べて栄養不足を防ごう～」**

**2）「体力・身体活動～筋力₊歩行力で、生活体力をｷｰﾌﾟしよう～」**

**3)「社会参加～外出・交流・活動で、人やまちとつながろう～」**

**６. 吹矢ｸﾞﾙｰﾌﾟのちびっ子交流会**

**日時＆場所 : 8月 3日(金)は3名参加あり**

**8月17日(金) 　14:30～16：00　富士見台**

**＊夏休みに小学生対象の吹矢講習会です、お孫さんを誘って参加下さい**

**７. ふれあい給食会**

**日時＆場所 : 9月6日(木)　11：00～　長崎小**

**＊旅行＋折り紙＋太極拳（8）＝20名が参加予定、**

**各グループは確定人数と名前（フリガナ付)を8月15日（水）迄に**

**伊藤代表へ連絡のこと**

**８. 9月の予定**

**＊ ﾌｨｯﾄﾈｽ : 富士見台 7日（金）、21日(金)　 長崎小 1日（土）、15日（土）、29日(土)**

**＊ 吹 矢 : 富士見台7日（金）、21日（金） 14:30～16：00 上田講師**

**〃　　　 ： 長 　崎 1日（土）、29日（土） 　14：00～16：00 　上田講師**

**＊ ﾐｭｰｼﾞｯｸﾚｸ ： 長崎小 22日（土）、　８月は１８日から２５日に変更。**

**＊ 折 り 紙 : 富士見台 12日（水）、 26日（水）**

**＊ 囲 碁 ： 長崎ｼﾆｱ活動室　1日（土）、　8日（土）、　22日（土） 13：00～16：30**

**＊ 太極拳 ： 長崎小 1日（土）**

**＊ ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞG ： 目白台 6日（木）、25日（火）　 14：00～16：00**

**西池袋17日（月）、24日(月) 14：00～16：00**