

平成 30 年度・第 7 回運営委員会・議事録

平成 30 年 10 月 10 日（水） 10 時～11 時 00 分

1. みんなのひろばまつり

日時&場所： 11 月 17(土) 13 : 00～15:30、 区民ひろば長崎

* 体力測定「元気！ながさきの会」に協力要請あり、後日担当者を決定

2. 自殺対策

豊島区役所(健康推進課)より、今年度の「自殺対策計画」について、寄与している地域団体として、「元気！ながさきの会」を紹介したいとの相談があり、
当会としても了承する

3. 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)

* 本日の運営委員会で参加者を集計、78 人 (招待者 6 + 会員 72) の出席

* 運営委員会時に食事代 (1,500 円/人) を集金すると共に、今後の参加者の増減については、15 日 (月) までに布施川さんへ連絡のこと

* パソコン、折り紙、男の料理の各グループからお土産が配布されるので、
当該の運営委員は 13:20 頃に入場し、手伝いをお願いします

4. 健康セミナー

開催日時 : 9月19(水) 10:00~11:45

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」

- * 出席者は会員55名&一般37名の92名が参加、“広報としま”への記載に効果があり、一般者の参加が予想以上に多かった。更には丸山先生の講義内容も好評でした

5. 介護予防大作戦! in としま 2018

日時 : 10月5(金) 10:00~15:00

場所 : としまセンタースクエア(区役所)

講演 : 「健康長寿は地域とつくる」(10:15~11:15)

東京都健康長寿医療センター研究所 大淵 修一氏

- * 当会からパソコン (、折紙、吹矢(展示と体験教室)、朗読、太極拳が参加し、パソコンに25名&折紙に40名が体験し、全体で525名の参加

6. 港区の介護予防リーダー養成受講生 見学会

[担当グループ]

[日時]

[開催場所]

* 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)

7. 老年学・老年医学の公開講座

① 9月6日(木) 文京シビックホールでの講座への出席者には交通費が支給されるので、
本日の運営委員会に申請のこと

② 日時&開催場所：11月28日(水) 13:15～16:15 北とぴあさくらホール

* パンフレット参照 (JR王子駅北口)

「フレイルについて」 東京都健康長寿医療センター

- 1) 「フレイルの予防になぜ運動と食事が重要か」 副所長 重本 和宏
- 2) 「加齢による物忘れと認知症の違い」 研究員 石橋 賢士
- 3) 「外出と交流のススメ」 研究部長 藤原 佳典

8. 日本応用老年学会大会

日時&場所：10月20日(土)、21日(日) 東京都長寿健康医療センター研究所

演 題：健康寿命の延伸と応用老年学

* 21日(日)は10:00～伊藤代表がプレゼンテーションに参加

9. わくわく冒険まつり

日時&場所：10月21日(日)10:00～15:00 池袋第3小学校 (太極拳)

10. 文化祭

日時&場所：11月9日(金)&10日(土)10:00～ 区民ひろば富士見台

* 当会から太極拳(10日)、吹矢(10日体験コーナー)、折り紙(9,10日)が参加し、
例年のようにお手伝い(駐輪整理、お茶)に協力

11. 11月の予定

- * フィットネス : 富士見台 2日(金)、*16日(金) *印は横尾講師参加
〃 長崎小 12日(月)、*24日(土)
- * 吹 矢 : 富士見台 2日(金) 14:30~16:00 全日 上田講師参加
〃 長崎 7日(水)、14日(水) 14:30~16:00 同上
- * ミュージックレク : 長崎小 17日(土)
- * 太極拳 : 長崎小 24日(土)
- * 折り紙 : 富士見台 21日(水)、28日(水) 9:30~12:00
- * 囲 碁 : 長崎シニア活動室 10日(土)、24日(土) 13:00~16:30
(10月28日(月)に豊島区民囲碁大会に4人参加)
- * グラウンドゴルフ : 目白台 6日(火)、22日(木) 14:00~16:00
西池袋 18日(日) 14:30~16:30