

# 令和5年度・第7回運営委員会・議事録

令和5年10月11日(水) 10時00～10時40分 於 区民ひろば富士見台

## 議題

### 1. グループ活動発表会 (13:20 入場、16:45 退場) (布施川)

日時&場所：10月20日(金)13:00～17:00 としま産業振興プラザ(6F)

・舞台発表と活動発表(参加者の人数確認：会員77名+講師2名=79名)

1) 吹矢 (13:40～ ) (舞台での自己紹介とデモンストレーション)

2) パソコン8G (14:00～ ) (各人の自己紹介)

3) フィットネス (15:00～ ) (舞台での自己紹介と全員での柔軟体操)

(休憩 10分間)

4) 太極拳 (15:30～ ) (舞台での自己紹介と演武)

5) 折り紙～グラウンドゴルフ(順不同) (各人の自己紹介)

6) 朗読 (～16:20頃終了) (舞台での自己紹介とデモンストレーション)

・担当：・会場設営(旅行G)、司会(布施川)、受付(在家、岡田)、写真(紅谷)

\*お土産(赤飯+菓子)とお茶を参加者に配付、席はグループ毎に設定

・最後に布施川代表より「見守り支援講座」について説明(16:45退場)

### 2. 令和6年度定例総会 5月22日(水)10:00～11:45 IKE-Bizの予定 (布施川)

## 報告

#### 1. 介護予防大作戦 in としま 2023 (大森)

日時&場所：9月14日(木)10:30～15:00 としま区民センター 4階(403室)

\*フィットネスと朗読がデモンストレーション、パソコン(27名参加)と折り紙(30名参加)体験コーナー

#### 2. 健康セミナー (布施川)

日時&場所：9月21日(木)10:00～11:45 としま産業振興プラザ(IKE-Biz)

\*「シニアの心の健康」桜井研究員 参加者(会員28名+会員外28名)

#### 3. 令和5年文化祭(区民ひろば富士見台) (布施川)

日時：10月14日(土)・15日(日)午前&午後 \*折り紙・朗読・吹矢 出演

#### 4. 豊島区介護予防リーダー養成講座の見学会 (布施川)

日時：10月17日(火)～11月20日(月) \*日時とグループが決まり次第連絡

#### 5. 第15回み～んなのひろばまつり(区民ひろば長崎) (関川)

日時：11月11日(土) 13:30～15:30 \*体力測定補助作業に従事(13時集合)

#### 6. 第167回老年学・老年医学公開講座 (布施川)

日時&場所：11月21日(火) 13:15～16:15 王子駅 北トピア(さくらホール)

演題：「あなたの暮らしにフレイル予防」、講師は都健康長寿医療センター 研究員  
(交通費支給)

#### 7. 11月の予定

\* フィットネス：富士見台 10日(金)、24日(金)、長崎小 4日(土)、18日(土)

\* 吹矢：富士見台 10日(金)、24日(金)、ひろば長崎 2日(木)

\* グラウンドG：目白台 9日(木)、21日(火)、西池袋中学 5日(日)、12日(日)

\* 旅行：富士見台 4日(土)、25日(土) \* Mレク：長崎小 11日(土)

\* 折り紙：富士見台 15日(水)、22日(水) \* 朗読：富士見台 21日(火)