

平成25年度 事業報告

(1) 会議

月 日	内 容	参加者
25. 4. 7	第1回元気アップネットワーク会議 * 地区社協との協働事業について * 事業計画の内容について	13名
25. 6. 23	第2回元気アップネットワーク会議 * 運動マップの配布について * 地区社協との協働事業について	12名
25. 8. 4	第3回元気アップネットワーク会議 * 運動マップの配布について * 元気アップサロンについて * 会則について	15名
25. 8. 23	運営委員会 * 元気アップサロンの推進方策について	5名
25. 11. 7	運営委員会 * コープみらい社会貢献活動助成金について * 会則の一部改正について	3名
25. 11. 20	運営委員会 * 第2地区社会福祉協議会による活動助成金の要望について * さいたま市の長寿応援制度について	3名
25. 12. 25	運営委員会 * 1月25日の会議の議題について	3名
26. 1. 25	第4回元気アップネットワーク会議（臨時総会） 報告事項 * 会議について * 元気アップサロンについて * コープみらい社会貢献活動助成金申請について * 地区社協への支援要望について * さいたま市長寿応援制度について 協議事項 * 会則の一部改正について（臨時総会） * 26年度の予算、事業について	27名
26. 3. 23	運営委員会 * 会費について * 26年度の事業について	4名

(2) 元気アップサロン

月 日	内 容	参加者
25. 9. 26	《サロン開所式》 ☆記念講話「より良く生きてゆくために一遺言のすすめ」 講師 元行政書士 高橋 利夫 ☆懇談	14名
25. 10. 4	☆運動「気功太極拳」 講師 日本健康太極拳楊名時太極拳準師範 橋場 淳子 ☆懇談 ☆童謡を唄う	10名
25. 10. 7	☆「体調管理に役立つ介護予防体操」 講師 介護予防運動指導者 山崎 きくえ ☆懇談 ☆童謡を唄う	10名
25. 10. 10	☆「歌声（みんなで歌いましょう）」 講師 ピアノ講師 森口みちる ☆懇談	12名
25. 10. 15	☆「軽運動・ストレッチ」 講師 健康運動指導士 中山 藍 ☆懇談 ☆童謡を唄う	12名
25. 10. 22	☆「お楽しみサロン」 *マジック 講師 伊奈学園マジッククラブ *折り紙 ☆懇談	17名
25. 11. 8	☆「尺八演奏」 講師 遠藤 邦夫 ☆軽体操 ☆懇談	4名
25. 11. 15	☆「機能訓練指導相談」 講師 機能訓練指導員 清宮 祥男 ☆懇談 ☆童謡を唄う	8名
25. 11. 22	☆「椅子に座っての軽体操」 講師 浦和スポーツクラブ 小川 貴 ☆懇談 ☆童謡を唄う	8名
25. 11. 29	☆「オカリナの調べ」 講師 伊奈学園 オカリナクラブ 松田 英雄 元島 富喜子 堤 康子 沖原 敏文 ☆懇談	18名
25. 12. 5	☆「椅子に座っての軽体操」 講師 健康体操指導士 斉木 薫 ☆懇談	8名
25. 12. 11	☆「レクゲーム・食べ物のお話」 講師 ルピナスケアセンター 塩澤 秀厚	8名

	☆懇談 ☆童謡を唄う	
25. 12. 19	☆「ヴィオリラ（大正琴）コンサート 講師 ニチイケアセンター北浦和 高橋千鶴子 YAMAHA 中野渡 千代子 ☆懇談 ☆童謡を唄う	15名
26. 1. 17	☆「介護予防運動（ハーモニー体操）」 講師 介護予防普及会 介護予防指導士 後藤 和代 ☆懇談 ☆童謡を唄う	12名
26. 1. 24	☆「高齢者に役立つ30分筋トレ」 講師 浦和スポーツクラブ 戸刈 晴彦 ☆懇談 ☆童謡を唄う	19名
26. 1. 31	☆「道楽したけりゃ貯筋運動！」 講師 磯 常男 ☆懇談 ☆童謡を唄う	16名
26. 2. 5	☆「室内で出来る軽体操」 講師 うんどう遊園指導員 山口 最 ☆懇談 ☆童謡を唄う	12名
26. 2. 14	☆「どこでも出来る筋トレ」 講師 浦和スマイル」ハウス 西澤映美子 ☆懇談 ☆童謡を唄う	7名
26. 2. 21	☆「大人のための正調ラジオ体操」 講師 浦和スポーツクラブ 小川 貴 ☆懇談 ☆童謡を唄う	17名
26. 2. 24	☆「介護予防体操とレクリエーション」 講師 介護予防運動指導者 山崎 きくえ ☆懇談 ☆童謡を唄う	11名
26. 3. 7	☆「歌声（みんなで歌いましょう）」 講師 ピアノ講師 森口 みちる ☆レクゲーム ☆懇談	10名
26. 3. 12	☆マッサージを続けた方の腰痛と膝痛の状況・ マッサージが効く方と効かない方」 講師 あん摩マッサージ指圧師 松村 一男	12名
26. 3. 20	☆「座ってできるやさしいヨガ」 講師 浦和スポーツクラブ 金木 貴子 ☆レクゲーム ☆懇談 ☆童謡を唄う	15名
26. 3. 27	☆「軽運動と脳トレ」 講師 介護予防ヒットネス指導員 岡本 洋介 ☆レクゲーム ☆懇談 ☆童謡を唄う	16名

291名

(3) その他の事業

月	日	内 容	参 加 者	
25.	11.	9	コープみらい社会貢献活動助成金申請書提出	井 上
25.	11.	20	*浦和区社会福祉協議会訪問（当サロンへの活動助成金） *さいたま市高齢福祉課訪問（長寿応援制度）	井 上 西 澤
25.	11.	25	*さいたま市長寿応援制度登録申請・指定	西 澤
25.	11.	28	*さいたま市浦和北部第2地区社会福祉協議会による 活動助成金要望書提出	西 澤
26.	2.	6	*コープみらい社会貢献活動助成金決定通知受領	小 川