

活動内容

〈 題 〉 会員の健康・教養を高め社会生活を豊かにする。

学級名 西松園ひまわりクラブ

学級担当者 清水恒男

1 学級の組織ならびに学習のねらい及び重点

- ・ 構成員 西松園町内に居住する概ね60歳以上の高齢者による会員84名（R6年4月現在）による。
- ・ 学級の運営組織 会員から選出された役員により運営する。
- ・ 学習のねらい・重点 会員の教養を高めると共に会員相互の親睦を図る。

2 学習計画と活動の状況

回	日時	講話題	講師（職・氏名）	参加人数
1	R6・9/19 13:30 ～15:00	健康は足の裏から ～心と身体のリラックス～ 内容 膝関節から下の足を緩く動かし身体をリラックスさせながら体調を整える実技	日本フットセラピスト協会トレーナー 日本コアコンディショニング協会トレーナー 吉田 みどり 氏	7人
			感想など フットケアという事でしたが、実技の内容はヨガとほとんど同じでヨガを知っている人には物足りなかったと思いました。高齢者に合わせたの指導内容でその点は良かったと思います。	
2	R6・11/21 13:30 ～13:00	お金の終活セミナー ～よりよく生きるため～ 内容 終活の目的 相続とその対策 エンディングノートについて	ファイナンシャルプランナー 相続診断士 吉田 長美 氏	17人
			感想など 講演をお聞きして終活には色々な要素や問題が絡んでくるという事を改めて感じました。安心して生活するためにも、この講演の内容を活かしていきたいとおもいます。	

3 成果及び今後の課題

(1) 成果・活動において工夫したこと など

今回の終活セミナーは役員会で皆さんからの要望で開催しました。今後も出来るだけ皆さんの要望に沿った内容にしていきたいと思っています。

(2) 今後の課題

老人クラブの高齢化、入会者の減少が進む中で学習活動の出席者も減少していますので、出席者を減らさない工夫が必要と思っています。

(3) その他、今後の「学びのつどい」の在り方に関すること など