



全国3大運動
健康・友愛・奉仕をめざして
市内全会員に配布



平成25年 2月号
第655号 毎月1日発行
平成25年(2013年)2月1日
定価30円(送料別) 年間購読料1,100円(送料別)
購読お申し込みは、月刊大老連編集室にご連絡ください。

昭和33年9月19日第三種郵便物認可
〒556-0017
大阪市浪速区湊町1-4-1
OCATビル
一般社団法人
大阪市老人クラブ連合会
編集室 電話 06(6635)3227
FAX 06(6635)3229

健康で活力ある地域社会をめざして

大阪市老人クラブ指導者・女性部指導者

合同研修会に900人参加

平成24年度大阪市老人クラブ指導者・女性部指導者合同研修会(大阪市老人クラブ連合会主催、大阪市・全国老人クラブ連合会後援)が、1月18日(金)午後、大阪市北区中之島の大阪「高齢者の世紀」といわれる21世紀でとが期待されています。とつりわけ、高齢者を代表する組織である老人クラブへの経験を活かし、心身ともに健康で、明るく活力ある地域社会をつくりだすこと、これを目的に、本合同研修会を老人クラブ指導者・女性部指導者



合同研修会で開会あいさつをする中理事長



合同研修会に参加した各単位クラブ会長や女性部長の皆さん

「高齢者の世紀」といわれる21世紀でとが期待されています。とつりわけ、高齢者を代表する組織である老人クラブへの経験を活かし、心身ともに健康で、明るく活力ある地域社会をつくりだすこと、これを目的に、本合同研修会を老人クラブ指導者・女性部指導者

大老連1月会長会を開催



新年を迎えて開かれた1月会長会



伊太祁曾神社に参拝した各区老連の会長ら

伊太祁曾神社に参拝

老人クラブ会員のご健康・ご多幸祈願

大老連は、1月8日(火)、1月会長会と初詣を行った。年が明けても、厳しい寒さが続く中で、当日は天候にも恵まれ、中保昌理事長をはじめ、各区老連会長(代理出席者を含む)ら28名が、バスで一路、今年の恵方となる南南東に向けて出発した。

1時間あまりで、和歌山県和歌山市にある「伊太祁曾神社」で名高い、木の国神話の社・紀伊の国一之宮「伊太祁曾神社」に到着した。本殿で参拝となり、中理事長が代表して玉串を奉納し、老人クラブ会員の今年のご健康とご多幸、大老連の発展を祈願した。

続いて、和歌山市内ホテルの会議室に

講師プロフィール

NPPO法人J.M.C.A. 理事長 羽間 鋭雄
関西医療専門学校卒業。鍼師、灸師、按摩・指圧・マッサージ師免許取得。平成2年4月米国スタンフォード大学医学部予防医学研究所客員研究員。平成18年3月大阪市立大学体育学部学芸学教授に退職。日本体育学会、日本体育医学会、等各種学会役員、(財)

クナイブ療法協会等各種協会役員。学校法人履正社理事長、猪俣の健康学から、全体的健康学の確立を目指す。米国スタ(伝)場、ホスピタル、玄米菜食や生野菜、鍼灸、整体、心身のあらゆる症状を、筋肉の調整によって解決しようとするアプローチ、キネシオロジー、心身一如の生命観に立つ身体心

「健幸づくりの道しるべ」

第一部では、NPPO法人J.M.C.A.理事の羽間鋭雄氏から「健幸づくりの道しるべ」について、健康は知性が創る」と題して講演があった。

健康づくりについて、「知識から意識へ、健康は知性が創る」という内容で、「食と健幸」、「心と健幸」、「運動と健幸」のテーマで、自らの様々な研究や実践を交えて、ライフスタイルこそが健康への鍵であり、自分を律することが、健康の原動力であるとの非常に説得力のある楽しいお話があった。最後に「一言として、小食(よく噛む)、運動(歩く)、笑顔の3つの健幸づくりにとって大切なキーワードを述べられた。



健幸づくりについて講演する羽間先生

「家庭内事故を防止しましょう」

第二部では、大阪消防局救急部救急課前田達也担当係長から「家庭内事故を防止しよう」と題して、大阪市の救急事情や、家庭内事故の事例紹介とその予防方法などについて、日常生活に大変役立つお話があった。

立っお話があった。突然の病気がケガに対応する「救急安心センター」におおきか(06-6632-119)と大阪消防局(06-6632-119)と大阪市の救急対策に関する「予前講話(消防局救急

最後に、石井好男大老連副理事長から「本日の講演は私たちが高齢者にとつて、大変興味深いお話であり、有意義な研修会となりました。大老連として、高齢者が充実した人生と長寿を喜びあえる豊かな地域社会をつくりだすために、今後とも、皆様方も活動の活性化を図り、大老連活動の推進にも一層のお力添えを賜りますようお願いいたします」との閉会あいさつがあった。

Panasonic Ideas for life

補聴器

ご相談は当店まで
ご自宅へ訪問も致します

当店はパナソニック補聴器株式会社直営のご相談窓口です

大阪駅前第4ビル 1F
「京橋交番前」交差点の角

プラザ大阪 TEL: 06-6344-3348
〒530-0001 大阪府大阪市北区梅田1-11-4 大阪駅前第4ビル1F
●JR線「大阪駅」より徒歩約6分
●阪急・阪神・地下鉄御堂筋線「梅田駅」より徒歩約4〜9分

営業時間: 午前10時〜午後5時30分 定休日: 日・祝日 詳しくは「パナソニック補聴器」検索

プラザ京橋 TEL: 06-6353-3348
〒534-0024 大阪府大阪市東区東野田町1-6-16 ワタヤ・コスモビル3F
●JR線「京橋駅」より徒歩約5分 ●京阪電鉄「京橋駅」片町口からすぐ
●地下鉄・長堀鶴見緑地線「京橋駅」より徒歩約3分

補聴器は適切なフィッティング調整により、その効果が発揮されます。しかし、装着者の聞こえの状態によっては、その効果が異なる場合があります。耳の健康を保つため、定期的な耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。

NICOLIRA 野村證券梅田支店 開催セミナー

【参加無料】どなたでもご参加いただけます。お電話でご予約のうえご来場ください。

いま話題の「マイライフノート」セミナー 執筆編者が講師としてお話いたします。

60歳から知っておきたい 老後のいろいろ

野村證券 信託銀行事業部編 日本経済新聞出版

2013. 3.13(水) PM 2:00 ~ 3:30 定員 100名
講師: マイライフノート執筆・編集責任者 野村證券 信託銀行事業部 課長 石田 充宏
会場: 野村證券梅田支店 7階ホール

本セミナーでは、セミナーでご紹介する商品等の動向を行う場合があります。

野村證券 梅田支店

野村證券 梅田支店 開催セミナー

ハッピーライフセミナー

みなさまのセカンドライフを、より心豊かに、楽しく、ハッピーに送るための相談会。様々なジャンルのスペシャリストがお話をするセミナーシリーズです。どなたでもご参加いただけます。ご夫婦・ご友人お誘い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

お申し込みは 0120-00-8657 野村コールセンター
【平日 8:40~20:00】【土日 9:00~17:00】(祝日・年末年始は除く)
*ご利用の際には電話番号をお間違えないようにご注意ください。

セミナーに関するお問い合わせは 野村證券株式会社 梅田支店
〒530-0018 大阪市北区小松原町2-4 (大阪富国生命ビル)
TEL 06-6313-3431