

# 「こなん市元気会」に 参加してみませんか？

## 元気会って？

湖南省100歳大学一期生の卒業生で立ち上げた団体です。卒業生以外のメンバーとともに、仲間づくりや学びの場づくりといった活動をしています。



※フラダンス教室の様子

30代~80代のメンバーが活躍中！



仲間ができる！

身体が動かせる！



## 入会した 皆様の声

社会の一線から退いて、さあこれからどうしようと思って  
いた時に入会しました。何もかも初めての事でしたが、皆  
さんと一緒に水曜日の農園作業、金曜日の麻雀と楽しみが増  
えて、本当に入会して良かったです。

元気会と出逢えて、毎日がとても充実しています！元気会で過ごす時間が自分の中  
のかけがえのない時間になっていて、日々楽しんでます♪

## ● 事前登録は不要！

勉強会などの参加は自由。  
お気軽に会場にお越しください！

## ● お金がかからない！

講座などの受講は無料です！  
※元気会の会員に加入する場合は年会費がかかります。

## ● 年齢制限なし！

湖南省在住の方は誰でも、  
年齢を問わずご参加いただけます！

80歳です。月2回の活動が丁度良いです。今年度も新しい事  
に挑戦するのを楽しみにしています。

1ヶ月に1、2回青空の元、農園作業、休憩中仲間との楽しいお  
しゃべりに心も身体もリフレッシュしてます。

新しい仲間の皆さん、共に学びながら老後を過ごしましょう！

# サークル活動

定期的な勉強会の他にこんなサークル活動もしています!

- 農園サークル
- 絵手紙サークル
- 絵本の会
- 趣味の会
- ボランティアサークル (湖南省ボランティアセンター登録団体)

## 私設公民館mame Co-(マメコー)での活動 (毎週金曜日 10:00~15:00)



住所: 〒520-3106 滋賀県湖南市石部中央4丁目4-13

### ■ コミュニティカフェ

自由に本を読みたい、ぼーっとしたい、何かしたい方のために解放しております。

### ■ 健康麻雀サークル

「飲まない・吸わない・賭けない」を合言葉に、みんなでワイワイと頭の体操をしています! 初心者も大歓迎です。

## 2024年度 活動予定表

[場所 ※一部除く] 湖南省社会福祉センター [時間] 10:00~

4月3日(水)	「障がい者の話」 「茗荷村見聞記」上映	講師:こなん市元気会 打田 信彦
5月8日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「切り絵体験」(材料費 500円)	講師:岩國 己喜男
6月5日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「太極拳体験でイキイキアップ!」	講師:奥村 陽子
7月3日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「エアロフラ体験とフラダンス鑑賞」 午後 憩いの広場 ・絵本の会発表会 (こなん市元気会 原山 敏子部長) ・収穫祭 (こなん市元気会 香山 博幸部長)	講師:藤波 千晶
8月7日(水)	「介護が楽しく学べるカードゲーム『CLUE CARD』」	講師:小原 日出美
9月4日(水)	「いつまでも楽しく!シニア世代の健康法」	講師:湖南省健康政策課 保健師
10月2日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「大正琴で楽しくアンサンブル体験」	講師:大滝 えみ
11月3日(日・祝)	ボランティア祭り	
11月6日(水)	「スマホお悩み相談会」	講師:元気会若手有志
12月4日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「FAMILY HISTORY -我が家の家系図作成-」	講師:森井 久次
1月8日(水)	防災講座「湖南省で想定される災害について」	講師:湖南省危機管理・防災課
2月5日(水)	甲賀市 岩上地域まちづくり協議会 出張ミニミニ講座 「脳が目覚めるアート 臨床美術」(材料費 500円)	講師:福岡 千春
3月5日(水)	年度末総会、絵手紙サークル発表会	

### イベント

- 10月8日(火)~9日(水) 一泊二日研修旅行(彦根方面) 国立印刷局、キリンビール工場、長浜バイオ大学などを予定
- 6月11日(火)日帰り研修 やまなみ工房、やまびこ福祉会などを予定
- 7月10日(水)講座&落語会 講師:桂文喬 師匠

※日時、内容は変更になる場合があります。 ※各種感染症の状況等、諸事情により中止する場合があります。

【問い合わせ先】 湖南省社会福祉協議会 (ボランティアセンター) TEL 0748-72-1523

【後援】 湖南省社会福祉協議会

こなん市元気会会長:北川 TEL 090-9251-7027