

# せいわだいにゆ〜す

愛する心をつないで 誇れるまちにしよう



発行 地縁法人 清和台自治会 〒666-0143 川西市清和台西2-1-83 TEL799-1306 FAX799-4104

HP <http://seiwadai.net/>

E-Mail [seiwadai1306@clock.ocn.ne.jp](mailto:seiwadai1306@clock.ocn.ne.jp)

自治会事務局(第2自治会館) 業務時間 平日 9時~16時 土曜 9時~12時 日・祝日・休館

## 臨時総会及び第54回定時総会 議案概要

4月20日に開催します第54回定時総会は、これまで班長以上の役員で行っていた、いわゆる代議員制による総会ではなく、全ての会員による総会を開催する運びとなりました。これは、第53回定時総会において、一会員から、これまでの議決方法に対する疑義を受け、市役所の協力も得ながら上位法となる「地方自治法」とも照合しつ

つ現役員会で検討した結果によるものであります。

4月11日までに配布されます総会議案書をご覧ください。

会員の皆さんには、大変ご面倒ご迷惑をお掛けしますが、本総会へのご出席もしくはは総会議案書に添付しております「委任状・議決権行使書」のご提出と、これまでも・これからも住みよいまち清和台を目指す地縁法人清和台自治会の活動・運営に対するご理解とご協力をお願いします。

## 自治会役員の公募結果

### 選挙管理委員会

3月15日まで公募していただきました役員の立候補状況は左記のとおりです。

会長

芝 英行 (西5)

中西 典章 (住宅団地)

(五十音順)

これにより、臨時総会において会長選挙を実施します。得票数の多い候補者が、当選となります。

(任期は前会長任期2年の内の  
残任期間)

副会長 第1地区 前田 睦美

第4地区 鷺尾 昭彦

第5地区 今村 孝子

監査役 石黒 聖啓 (西3)

波多野 祐輔 (東2)

副会長ならびに監査役については、定時総会に諮り、過半数の賛成をいただいた方が承認となります。

## 臨時総会における議案事項

・清和台自治会会則改定(案)の件  
現行の会則等を

① 地縁法人の制度に則した内容への見直し

② 役員選出規則・慶弔処理規則を現状に合わせた内容への見直し

・後任会長選挙の件

## 定時総会における報告事項 及び議案事項

### 報告事項

・令和6年度事業報告の件  
・令和6年度会計決算報告

及び監査報告の件

### 議案事項

・令和7年度副会長・監査役及び理事選出(案)の承認と

上期班長及び推進委員紹介の件  
・令和7年度事業計画(案)及び  
予算(案)の件



# 役員会だより

(469号)

開催 3月16日

## 「議題報告事項」

### ■会議予定

3月16日 9時〜役員会

第4自治会館

3月16日 10時〜新理事分担任定会

第4自治会館

4月4日(金)10時〜三役会

4月5日(土)10時〜部長会・新旧

部長引継ぎ会 総会資料一式配布

4月5日(土)14時〜三自治会情報

交換会(清和台担当 第2自)

4月20日(日)9時〜役員会

4月20日(日)10時〜臨時総会

4月20日(日)第54回定時総会

### ■行事予定

・さくら祭り 東池公園

3月20日(土)10時30分〜15時

### ■せいわだいにゆ〜す 3月号

(345号)3月9日発行

### ■令和7年度総会開催について

・当日の流れについて

・総会会場設営について

・委任状や選挙の取り扱いについて

・会則、規則の改正について

・役員選出について

### ■その他

・各部懇親会の開催について

・第3自治会館 和室の羽アリに対

する駆除の依頼について、駐車場

のアスファルト補修については来期

・西1丁目周回道路における桜の木

、強剪定について(各樹木の寿命

により剪定・伐採をする)

・中学校自転車通学に対する住民か

らの要望(危険性を指摘)

・学校のあり方基本方針地域説明会

(清和台西小学校の現状と今後)

・自治会が管理する公園の追加に

ついて(管理下に東池公園を追加)

### 「各部報告」

#### (総務部)

・2月8日 部長会準備、後片付け、

議事録作成

・2月16日 役員会準備、後片付け、

議事録作成

#### (広報部)

・「せいわだいにゆ〜す」345号発行

・ホームページ用「プラス」編集

・広報板管理(6カ所)

#### (環境部)

#### ■公園管理

・各公園等でプラスチックゴミ、ペッ

トボトル等、投棄ゴミを回収処分

・四季の小径公園北側に新しい遊具

が設置されました。

・西駒谷公園の破損した側溝の蓋が

新しいものに取り換えられました

### ■その他

・東4丁目(ファミリー)の第5自

北の緑地帯の松の木の倒木、行政

にて即刻撤去してもらいました。

・2月15日に猪名川クリーンアップ

作戦を実施し、大量の不法投棄の

ゴミを回収処理。越田市長はじめ

コミュニティ、自治会、一般社団

法人川西建設協会など約1000名

の参加有

■再生资源回収 令和7年2月度

資源回収28・4トン 前年比89%

#### (福祉・保健部)

・慶弔関係

結婚 1件・お悔やみ 10件

#### (文教部)

・横断幕点検 清小、結束バンドに

て補修

・3月2日 文教寄席実施120名

#### (体育部)

・2月2日「ウォークラリー大会」

準備及び役員として参加

・2月15日「猪名川クリーン作戦」

に参加

#### (安全部)

■防犯カメラ部員点検済 2月15日

10号基 個人宅樹木繁茂

7号基(第3自)表示不良連絡済

■交番だより

・交通事故 2月27日

東5丁目 市道 車×自転車接触

・刑法犯罪 0件

### (会館運営部)

第1自 和室2の時計電池切れ交換

第3自 駐車場コーン破損、入替

第5自 玄関の誘導灯故障、交換

## 「コミュニティだより」

### 第5回 運営委員会(3月23日)

・第26回「コミュニティ定期総会

・清和台地区自主防災会総会

・スポーツクラブ21清和台総会

いずれも4月27日(日)

第5自治会館で開催予定



### 新入会員3月度

2世帯

## お知らせ

「せいわだいにゆ〜す」「プラ

ス」と「笑顔ミライちょ

きん」は、ホームペー

ジに掲載しています



**福祉だより**

**ふれあい広場**

日時 5月1日(木)  
13時30分〜15時  
場所 第4自治会館  
内容 フルート&ピアノ演奏  
神崎 順子さん  
※飲物は各自ご持参ください

**さんりんしゃ**

日時 5月14日(水)  
10時〜11時  
場所 第3自治会館  
内容 保健師・栄養士による、計測、相談等  
対象 未就園児と保護者  
※参加費無料・予約不要

**認知症カフェ**

日時 5月18日(日)  
13時30分〜15時  
場所 第1自治会館  
内容 腹話術とマジック  
参加費 1000円  
※清和台地域包括支援センターによる「介護相談コーナー」があります

**手をつなぎ こころ育てる 福祉の輪・話・和**

**「ひとやすみカフェ」**

日時 4月23日(水)  
13時30分〜15時  
場所 トナリエ清和台2階  
cafe muk u  
参加費 1000円  
フレバーティ、お菓子付き  
※清和台地域包括支援センターによる「介護相談コーナー」があります

※全ての行事にマスク着用でお願いします

状況により中止になる場合があります

**献血のお礼**

3月15日、トナリエ清和台にて実施しました。皆様のご協力に感謝します

受付者数	52人
200ml	5人
400ml	40人

vascoの相談窓口「JUN」  
第2自治会館内

TEL 799-2940  
FAX 799-2941

**三世代交流居場所作り  
見守りスタッフ募集**

放課後に清和台西小学校の施設を活用し、児童がのびのびと遊べる場所を確保し、地域の方々に協力を得て親・祖父母世代などと交流する目的で実施しています。子ども達が安全に遊べるよう、見守りスタッフを募集します。ぜひ、ご参加下さい。

清小 毎週火曜日

南小 毎週月曜日・第一木曜日

各校4名のスタッフを希望しています。

説明会 5月13日(火) 10時

第2自治会館

問合せ 相談窓口「こころ」  
799-2940

**子ども茶道教室**

〜和の心を学びましょう〜  
公民館では「子ども茶道教室」を開催しています。

お点前を学びながら、茶道を通じて日本の伝統文化に触れてみませんか。

日時 5月14日(水) 10時

15時30分〜17時

対象 小学生

**空き家個別相談会**

定員 先着10名  
講師 大森 宗延さん  
費用 5,000円  
(抹茶・菓子代) 1回目に持参  
申込み 公民館 798-1280  
空き家対策ナビゲーターによる相談会を開催します。

相続登記が義務化され1年が経過しました。参加の方には、「相続登記の義務化がよくわかる」冊子をプレゼントします。

月日 ①4月26日(土)  
②5月24日(土)  
時間 ①② 10時〜12時  
場所 ①第3自治会館  
②第4自治会館  
申込先 第2自治会館  
799-13006

問合せ 線本(くりもと)

090-3841-8990

**結婚おめでとう！！**

(敬称略)

12月 小坂 健吾 東4

## 診察室からⅡ (106) 足について

最近、歩行が困難になるお年寄りを頻繁にお見掛けします。

外を歩くことがすくなくなると足の筋力が低下し、たまに外に出ても足の筋力低下から、ふらつきや浮遊感が出現し、恐怖心から室内でしか歩かなくなり、座位の時間が多くなり、最後はトイレ歩行も困難になります。

足の筋肉量と筋力の減少は、年齢とともに加速していきます。30歳以降から年間約1%の割合で筋肉量が減少します。女性なら65歳以降、男性では70歳以降から筋力の低下がより顕著になります。

さらに70歳以降では筋肉量の減少が年間3〜5%に加速します。この現象は「サルコペニア」と呼ばれ、加齢に伴う筋肉量と筋力の低下を指します。その予防のために週150分以上の散歩やウォーキングが必要で、1日の歩数目標も65歳〜74歳で7000歩以上、75歳以上でも5000歩以上が必要です。さらに、週2回以上の筋力運動、週2回以上の体操・ストレッチも併せて行う必要があります。ただ、日頃歩いてお

れない方は容易に変形性膝関節症になるため、歩行が困難な場合も多いと思います。そういう方にはスクワットがお勧めです。

スクワットにはクォータースクワットとハーフスクワットがありますが、高齢者は膝の負担の少ないクォータースクワットがお勧めです。

やり方は足を肩幅に開いて立ち、3秒くらいかけて、膝を45度（膝をまっすぐ伸ばした状態を180度とした場合に1/4程度『45度』屈曲した状態）まで曲げて腰をおとし、3秒くらいかけて、膝を伸ばす。この動作を体力に応じて、5回×3セットを基準にして、関節の状態や疲労具合を確認しながら進め、回数とセット数を段階的に増やしていくのが理想的です。



次回は足の浮腫みのお話です。

杉田クリニック 杉田 隆彰

### 川西養護学校で働きませんか

業務内容 特別支援教育支援員  
勤務時間 7時30分〜16時45分  
(7時間45分、休憩45分含む。学期中週5日) 要相談

勤務場所 川西養護学校  
勤務内容 ①登下校スクールバスでのリフト操作と介助  
②生活介助  
③授業の支援など

また、別途、登校と登校直後の生活(排泄、給水など)の支援をし

ださる方も募集しています。エンゼルキッズ清和台付近から7時10分に、もしくは7時30分に川西能勢口から通学バスに乗車できる方とします。

※給料等の詳細については、川西市役所教育保育職員課へお問い合わせ下さい。

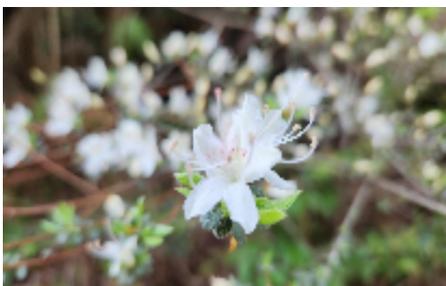
740・1242

### 「シロバナウンゼンシツジ」公開のお知らせ

虫生の森のシロバナウンゼンシツジのお花や木々の新緑を味わいませんか。歩きやすい靴と服装でお越しください。

開催日 4月15日(火)〜22日(火)  
時間 9時30分〜15時30分

※20日、11時30分〜と14時〜に音楽会を開催します。



## 令和6年度3月役員会及び新理事分担内定会

令和7年3月16日



前半の役員会 (午前9時～10時)

- 会議予定の報告を本日から4月後半まで説明を受ける。
  - 3月16日 役員会終了後、次期新理事分担内定会を開催
  - 4月 4日 三役会(会長「現時点は、空席」・副会長・相談役)
  - 4月 5日 部長会及び新旧部長引継ぎ会
    - // 3自治会情報交換会
  - 4月20日 役員会 (9時より南小体育館、臨時・定時総会共)
    - // **臨時総会(10時より全会員対象\*欠席者は委任状か議決権行使書を提出4/16迄)**
    - // **第54回定時総会(引き続き、臨時総会終了後)**
- 行事予定として
  - 3月29日 さくら祭り準備等の説明
  - 令和7年度総会開催について多くの時間、報告あり
- その他連絡、確認事項多数
  - 一例：清小、南小の今後の学級編成について教育委員会による説明会4回実施



新理事と旧理事+3役他で会議。挨拶の後、分担内定会に…。



くじの順により各自希望の部会へ 実際の各部の役割分担として各理事は、現部長のアピールを受けて下記の内容を参考に担当部署へと…、その後各部の中で、部長副部长をきめていく

## 各部の主な活動内容

### 総務

1. 総会、班長会、役員会等に関する事
2. 事務員に関する事
3. 会議録、資料等の保管及び発行に関する事
4. 他の部に属さない事項に関する事

### 広報

1. 広報紙の発行に関する事
2. 広報の公告に関する事
3. 自治会ホームページに関する事
4. 自治会活動の情報収集、提供に関する事
5. 他の連携団体の配布物に協力する事
6. その他、広報活動に関する事

### 環境

1. 環境整備に関する事
  - ・公園、道路、水路、空地の清掃、除草等に関する事
  - ・公園、道路等の緑化、剪定等に関する事
  - ・ゴミステーション申請に関する事
  - ・不法投棄ゴミ等に関する事
  - ・バス停周辺の清掃に関する事
2. 資源回収に関する事
3. さくら祭りに関する事
4. イエローチョーク運動に関する事
5. その他、環境に関する事

### 福祉・保健

1. 保健衛生に関する事
2. 慶弔等に関する事
  - ・慶弔金に関する事
3. 敬老のお祝いに関する事
4. 献血運動に関する事
5. 社会福祉協議会等、福祉団体に関する事
6. 社協・日赤・共同募金・助け合い募金に関する事
7. その他、福祉に関する事

### 文教

1. 文化祭等に関する事
2. 文化事業に関する事
3. 文化倉庫（文化祭用品）の管理に関する事
4. あいさつ運動に関する事

### 体育

1. 納涼祭抽選会の実施に関する事
2. 春、秋のハイキングに関する事
3. 春、秋のスポーツ大会に関する事
4. 体育倉庫（中央公園）備品の管理に関する事
5. その他、体育に関する事

### 安全

1. 防犯パトロールに関する事
2. 安全灯に関する事
3. 防犯カメラの管理、点検
4. 防犯の普及に関する事
5. 防犯協会清和台支部に関する事
6. 清和台交番との連携に関する事
7. その他、防犯に関する事
8. 交通安全対策に関する事
9. Co.（幸）ウォーキングに関する事
10. その他、安全等に関する事

### 会館運営

1. 会館の補修に関する事
2. 会館の敷地に関する事
  - ・低高木の剪定・除草
3. 会館の清掃に関する事
4. 会館の防火管理に関する事
5. 会館の倉庫の使用に関する事
6. 会館の備品に関する事
7. 会館の使用に関する事
8. 太陽光発電に関する事
9. その他、会館に関する事

### （各部共通の事項）

1. 清和台コミュニティ協議会に関する事
2. 自主防災会に関する事
3. 各部応援に関する事

## さくら祭り 東池公園

令和7年3月29日

昨年に続き桜の全面的な開花は無く、一本だけの一部のみということでした、さすがに満開の中でのお祭りは、数年に一度という事ですが、それでも多くの子ども達が来て下さってワイワイガヤガヤ、清和台にこれだけ多くの子ども達がいるんだと実感しました。まだまだ活気があるいい街です。提灯は4月6日（日）まで継続しました。



大賑わいの祭りの会場風景の一部です。小学生の多いこと、元気いっぱいでした



こども会 ヨーヨー釣り



お茶席



抽選受付



本日の桜はこの一本だけ



後日、改めて七部咲きの東池公園の桜を撮影しました…。絶景ですね～、清和台はいいとこだと思います。

(追記：後日、ご近所のみなさんお花見を楽しんでおられました。)

来年も再来年も、未来永劫この地で「さくら祭り」が続けられればうれしいですね、親から子へ子から孫へと自然を大切にしていきましょう。(自治会は地域の環境問題に真剣に取り組んでいます。)

## 献血

トナリエにて 3月16日

献血は17歳から（男性）、18歳（女性）が共に、400mlを献血できます。（200mlは16歳から）69歳まで（65歳以上は、60歳以降の経験者のみ）で採決基準を満たされた方。

医療が進歩している現在でも血液は人工的に作れません。輸血が必要な方への援助は献血以外にはありません、さらに検査後にパックに詰められ血液製剤となりますが、有効期限はわずか28日です。その使用は実際には、がんを中心とした病気の治療に約80%が使われています。次が事故などのケガによる輸血が2%、分娩の輸血1%、その他17%です。  
(令和7年1月 川西市保健センターより抜粋)



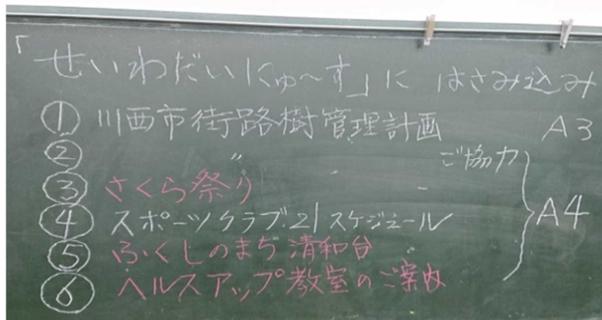
2台で来られてましたが、小雨と少し寒かったので多くはなかったようでした

高齢者が多くなると献血者が少なくなります「広げよう、献血の輪」、皆様のご協力をお願いします。

## 「せいわだいにゆ〜す」前月号、別紙挟み込み一覧と作業活動



2月号が休刊になったのと期末等の時期と重なりいつもより挟み込みが多かったです



3月号のメニューです



7種ワンセットです（各3、600枚）

これを皆様のご家庭にお届けするのに、これだけの作業（半日かかり）を多くのボランティア活動に支えられ行っています。わずかな時間だけの参加もおられます、紙資源や参加していただいた方の時間のムダにならないように。（主に、今月からの各部の予定となっております。できれば保存版として活用してください）

## お読みいただいていますか？

(各リーフレットの一部)

＝川西市街路樹維持管理計画＝ 街路樹の適切な維持管理を環境・景観・生育の各項目についての取組を市からの具体的な計画です。周りの街路樹の現状評価を行い安全性を担保しながら管理効率の向上をめざしています。

桜が伐採されているとはよく聞く話ですがよくよくリーフレットをお読みになって理解をお願いします。自治会の環境部、清掃隊も市の職員と一緒に取組んでおります。まちづくりをきれいに健全に…。ご協力を

図表 1 街路樹に関する現状と課題の具体事例

安全面からの課題	景観面からの課題	生育面からの課題
交差点などの見通しの低下 	強剪定による樹形の乱れ 	植樹帯の規模を超えた大木化 
道路標識などの視認性の阻害 	公園や緑地などの緑との競合 	架空線との競合 

### 川西市土木部公園緑地課

令和5年5月に「川西市街路樹維持管理計画」を策定しました

本計画の策定により清和台地区では、コミュニティ及び自治会と協議を進めさせて頂いておりました。

そして今般、本計画を地域の皆さまに知っていただけるよう別紙「川西市街路樹維持管理計画 概略版」を配布いたします。本計画への内容のご不明点やご意見等については市役所まで連絡のほどよろしくお願い致します。なお計画の詳細はHP掲載しておりますのでご覧下さい。

街路樹の適切な維持管理のため、ご協力のほどよろしくお願い致します。

## スポーツクラブ21教室スケジュール

令和7年4月～令和7年6月 時間は開始 10:00～終了 12:00

スポーツクラブ21清和台

月	日	曜日	清和台小学校		中央公園	清和台南小学校		
			体育館	グラウンド	クラブハウス	体育館	グラウンド	
4	5	土	スローイングビンゴ カロリング教室	JrYサッカー教室 (9:00～11:00)	健康体操教室			
	12	土	卓球教室				野球教室	
	19	土					サッカー教室 テニス教室	
	26	土				ファミリー バドミントン教室		
5	3	土	スローイングビンゴ カロリング教室	JrYサッカー教室 (9:00～11:00)				
	10	土	卓球教室		健康体操教室		野球教室	
	17	土	<b>クラブ対抗スポーツ大会</b>					
	18	日	<b>クリーンアップ作戦皆んな揃ってキレイにしよう</b>					
	24	土				ファミリー バドミントン教室	テニス教室	
6	7	土	スローイングビンゴ カロリング教室	JrYサッカー教室 (9:00～11:00)	健康体操教室			
	14	土	卓球教室			空手教室	野球教室	
	21	土				ファミリー バドミントン教室	サッカー教室 テニス教室	
	22	日	<b>春のハイキング『せいわだいにゆ～す』でお知らせします。</b>					
	28	土					<b>春のスポーツ大会</b>	

### スポーツクラブ21清和台『スポーツ教室』案内

スポーツクラブ21清和台では、毎月各種スポーツ教室を開催しています。

健康維持に、仲間づくりに体を動かしてみませんか？

誰でも気楽にスポーツを楽しみましょう！！

#### 【現在開催種目】

グラウンド種目	体育館種目
野球教室	卓球教室
サッカー教室	健康体操教室(中央公園クラブハウス)
テニス教室	ファミリーバドミントン教室
	スローイングビンゴ・カロリング教室
	空手教室

2025年度の 会員を募集しています会費は年間 大人600円、こども400円

会員は、どの教室も参加できます

用具は、用意しています

運動ができる服装で参加して下さい

体育館での種目は上履きが必要です

\*スポーツ21 開催日は「せいわだいにゆ～す」で3カ月毎に発表しています。

# ふくしのまち清和台

清和台コミュニティ協議会 福祉部会 広報部

連絡先 清和台くらしの相談窓口「こころ」 Tel 799-2940 Fax 799-2941

保存版

令和7年

3月9日発行

第28号

くらしの相談 「こころ」 窓口



<ふれあい・ささえあい・交流> ☆さんいんしゃ(未就園児と保護者の交流の場 毎月第2水曜日 10時～11時30分、無料・予約不要) ☆オンリーワン交流会(地域の障がいがある方と福祉部会の交流、年1回ですが11月に予定、参加者多数) ☆じてんしゃ(1月のとんど祭りのさいに中央公園にて三世代交流の開催、なつかしい昔遊びを実施しています) ☆ほのほの会(おひとり暮らし高齢者との交流会 11月に公民館で楽しい時間を過ごしました) ☆ふれあい広場(前回10, 11, 12月と歌声喫茶・朗読・演奏会、1, 2, 3月は映画・ウクレレ・ハーモニカを…) ☆福祉研修(清和台公民館にて地域包括支援センター、福祉部会共催、終活前に老活「健康・お金・孤独」について多くの方の参加での講義を実施)。そのほかにも<助け合い事業> ☆「<sup>わか</sup>和」カフェ(認知症カフェ) 第3日曜に第1自治会館にて、参加費100円 ☆ひとやすみカフェ(認知症カフェ) 今年度は11回開催、第4水 参加費100円(紅茶・菓子付) ☆認知症ネットワーク 認知症サポーター養成講座を実施、見守り応援者の育成 ☆助け合いネットワーク 10ヶ月で647人がボランティア活動をされ、高齢者の支援の必要に応じてお手伝いをしました。<地域交流事業> ☆とんどまつり 1月に中央公園での防災訓練と同時開催、毎年多くの住民の方々が来られます。(ぜんざいの振る舞いは恒例！)

\* 今後のご案内は、事前に「せいわだいにゆ〜す」(3面 福祉だより) や掲示板にてお知らせしていきます。

いつでも自分らしく元気にいこう！

令和7年度 一般介護予防事業

## ヘルスアップ教室のご案内 令和7年4月より開始！ 事前申し込み不要！

会場・曜日 ○清和台第一自治会館 第4木曜日(8月を除く) 10:00～11:30 若しくは 12:00  
○清和台第四自治会館 第2木曜日(8月を除く) 13:30～15:00 若しくは 15:30

講師 ○NPO法人 1億人元気運動協会  
○歯科、栄養、認知症、介護保険等

お問い合わせ先：清和台地域包括支援センター 電話：799-6800(直通) 799-6200(代表)

＜参加時の注意事項＞  
・保険加入はありません。主催・協賛は感染や事故等の責任を負えませんのでご注意ください。  
・感染対策は参加者個々の判断に委ねます。よってマスクの着用は義務付けません。  
・天災や感染症流行等を鑑み、ヘルスアップ教室を中止とさせて頂く場合があります。  
・体調不良(発熱、咳、のど痛など)、同居家族に体調不良の方がいる場合は参加をお控え下さい。  
・屋内用運動靴と飲み物を持参、入館時には手指消毒をお願いします。

皆で楽しく、フレイル予防に取り組みましょう！ 普段の生活のお役に立てる講話も取り揃えています！

開催日	会場	内容
① 4月10日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 4月24日(木)	第一自治会館	講話「介護保険って何？」清和台地域包括
① 5月8日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 5月22日(木)	第一自治会館	講話「物忘れが気になるアナタへ」ガスキン宝塚
① 6月12日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 6月26日(木)	第一自治会館	講話「聞こえの勉強会」フランスベッド株式会社
① 7月10日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 7月24日(木)	第一自治会館	講話「食事を見直してみませんか」長寿の会
① 9月11日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 9月25日(木)	第一自治会館	講話「お口を健康に保ちましょう」阪神リハビリ支援
① 10月9日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 10月23日(木)	第一自治会館	講話「もしもの時の備え」清和台地域包括
① 11月13日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 11月27日(木)	第一自治会館	講話「福祉用具って何？」パナソニック川西
① 12月11日(木)	第四自治会館	体操「チェアエクササイズ」1億人元気運動協会
② 12月25日(木)	第一自治会館	講話「防犯について教えて！」川西警察署 生活安全課



定例会議 2025.03.01

清和台地域包括支援センターの担当地域  
赤松・石道・芋生・けやき坂 1丁目から5丁目・  
清和台東 1丁目から5丁目・清和西 1丁目から5丁目・多田院字滝ヶ原・駒塚・井戸ヶ上・  
多田院西 2丁目5・虫生・柳谷・若宮

それぞれの催は、各部が計画、作業を重ね開催されるものです。皆さんのために作ったプログラムです。是非ご自分に合ったものを探してください。自分の健康管理に活用しましょう！  
詳細は、それぞれの各、別紙リーフレットをご確認ください。