

## 自治会について話しませんか

若竹公民館 第6集会室 第1土曜日 14:00~15:30 参加費 1000円

1. 2024年10月5日 自治会の現状と課題

E・コミュニティ神戸 会長 藤波 進

全国的に解散に追い込まれる自治会が増えています。「役員・運営の担い手不足」「役員の高齢化」「近所付き合いの希薄化」「加入率の低下」等の課題に対し、取り組みが求められています。

2. 2024年11月2日 自治会が提供する健康指導—脳と体の健康を守るリラックス体操  
バランス経絡体操インストラクター、NPO法人兵庫県健康管理士会認定講師 原 美幸  
「今の健康を維持したい」と感じている方は多いでしょう。しかし年齢とともに背中や膝が曲がったり、腰や膝に痛みが出て出たりすることがあります。また「最近物忘れが増えた」と感じる方もいらっしゃるでしょう。この体操では体を無理なく動かし、脳も一緒に刺激することで、今の健康を少しでも長く維持する方法をお伝えいたします。

3. 2024年12月7日 新たな支え合いの「協働による共生の地域づくり」の実践例  
西灘元気プロジェクト代表 松嶋 剛史  
高齢化や人口減少などで、地域では、従来の支え合いと異なる「新たな支え合い」が求められています。地域で住民が豊かな生活が送ることが出来るよう、少しずつ取り組んでいます。

4. 2025年2月8日（第2土曜日）第4集会室 後日別紙

5. 2025年3月1日 後日別紙

コーディネーター:中村真貴子 博士 (名古屋大学)

日本修士論文賞受賞

元骨髄移植推進財団国際委員

元名古屋大学国際開発研究科国内客員研究員

メール：[bob100416-dg@yahoo.co.jp](mailto:bob100416-dg@yahoo.co.jp) 電話番号：090-4163-1876

受講申し込みは、講義3日前までをお願いします。

講義内容、場所の変更や、講義によっては準備する物があります。