



	6/4の成果	今月の到達 (6/1~6/4)	6月純増額
仲間ふやし(人)	4	11	▲22万円
出資金ふやし(千円)	353	492	

仲間ふやしも
がんばろう!

「6月」の仲間ふやし&出資金ふやし&純増額 目標

仲間ふやし:212人	出資金ふやし:1,405万円	純増額:862万円
------------	----------------	-----------

脳いきいきインストラクター42名誕生(^-^)



5/31(金)、「脳いきいきインストラクター養成講座」(主催:健康づくり委員会)が開催され、42名のインストラクターが誕生しました☆ 神戸医療生協健康づくり委員長で脳いきいきマスターの當山恵子さんにお越しいただき楽しく分かり易く教えて頂きました。

「脳いきいき教室」とは、全7回講座で7カ月間、1カ月に1度みんなで集まって認知症予防のための音読や体操、楽しいゲームや脳いきいき5か条を実践できたかどうかの振り返りをしてみるといった、手軽にできてと

にかく楽しみながら認知症予防を行うというとてもお得な班会なんです(^)

脳いきいき班会には3つの特徴があります ①集団活動と個人活動(月1回の班会と自身で取り組む脳いきいき5か条) ②参加者同士協力し合いながら自分達で運営する ③脳が元気になり、意欲的になる。 効果を出すためには、きちんと7ヶ月講座を行い、決められたプログラムに取り組むことです。7ヶ月はこのルールを守ってくださいね。それと、脳いきいき5か条を毎日続けることが大事です。楽しい脳いきいき班会を是非各地域で開催し、みんなで楽しく健康づくりを行っていきましょ~♪

