

新設グループの活動紹介

環境部会 『フードドライブ』 “もったいない”を“ありがとう”へ 代表 上利哲裕

フードドライブは、家庭で余っている食品を職場や学校などに持ち寄り、フードバンクを通じて福祉団体や施設に寄付する活動のことです。シルバークレジット（KSC）の中にこのフードドライブが浸透し定着することを願って1年間活動を続けてきました。食品ロスや子どもの貧困が社会問題化しているなか、神戸市とコープこうべの連携によるフードドライブが試行されるなど食の環境問題対策として関心が高まってきています。我々メンバー一同は、「“もったいない”を“ありがとう”へ」をスローガンに、まずはKSCの中での定着化を、そしてさらに外部へと活動の輪を広げていけるように頑張っていきたいと思えます。皆さまのご協力をよろしくお願いします。



フードドライブ実施期間

毎月 1日～10日（土日祝・閉館日を除く）

回収場所 1階 エレベーター横

ご寄付いただきたい食品

- ・お米（白米・玄米・アルファ米）
- ・パスタ、素麺などの乾麺
- ・缶詰・レトルト食品・インスタント食品
- ・のり・お茶漬け・ふりかけ
- ・粉ミルク・離乳食・お菓子
- ・調味料（醤油、食用油、味噌など）

ご注意ください！

以下の食品はお引き取りできません。

- ・賞味期限が明記されていない食品
- ・賞味期限が切れている食品
- ・賞味期限が1ヶ月を切っている食品
- ・開封されているもの
- ・生鮮食品（生肉・魚介類・生野菜）
- ・アルコール（みりん、料理酒は除く）

いきがい部会「太極拳ゆったり体操」 ◆イスに座って出来ます！ 代表 岸野清美

◆グループを作った動機・現状

健福のG学習で、太極拳を取り上げたことです。介護予防のための体操はいろいろなものが研究され、実施されていますが、施設の方が座位で楽しみながら、身体を動かしていただけるものは？という事で以前から気になっていた「太極拳ゆったり体操」を調べることになり、卒業後それを実践しようと仲間と立ち上げました。喜多方市まで出かけ、太極拳クラブOBの方の協力を得て現在月2回位の割合で高齢者施設を訪問しています。

◆PRしたいこと

週1回太極拳の練習と共にゆったり体操を練習していますが、しっかりした仲間づくりができたこと、自分も年と共に？元気になってきたこと。

◆将来の目標

本来の目的から言えば週1回位訪問できれば効果がみられるのではと思っているのですが、現時点ではできていません。

小グループを組んで多くの施設を訪問出来たらと思います。転ばぬ身体づくり、介護予防のためにこれからも頑張ります。



会費 入会費なし
練習日 月曜日 月2回程度
会場 神戸常盤アリーナ
(会場は変更になる時あり)

