

平成 28 年 11 月 13 日

栗津老人クラブ会員各位

老人クラブ会長 加古 栄子

老人クラブお知らせ (No.5)

秋も深まり、紅葉の美しい季節となってまいりました。
日頃は何かと老人クラブの活動に、深いご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

冬季恒例行事を下記のように予定いたしました。
皆様お誘い合わせの上多数ご参加くださいますようご案内申し上げます。

1 親睦忘年会

忘年会

日 時：12月4日(日) 午前11時～午後1時

場 所：栗津神社社務所

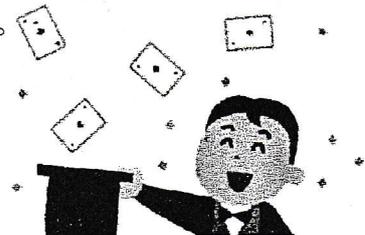
内 容：食事、マジック、カラオケ、ビンゴゲーム

会 費：1,000円を添えて下記申込書に記入していただき
各組役員にお届けください。

締 切：11月22日(火)

役員は11/23(水) 9:30

社務所にて受付



2 清掃奉仕

日 時：12月22日(木) 午前7時より

(雨天の場合翌日)

場 所：栗津神社境内と周辺道路及び側溝

参加者は社務所前受付にて出席の届けをしてください。

作業は安全第一に！

清掃道具は準備致します。

----- ✕ キリトリ ✕ -----

「親睦忘年会」参加申込書

✕切：11月22日(火)

組 隣保

氏名



3 一円募金運動 会計報告



去る10月、皆様にご協力を頂きました一円募金の会計報告をいたします。
 多くの皆様の心温まるご協力に感謝し厚くお礼申し上げます。
 社会福祉協議会 善意銀行に寄贈いたしました。

No. 78	謝 辞
栗津老人クラブ 様	
この度は、社会福祉に深いご理解を賜り、善意銀行に貴重な 金品を預託いただき、誠にありがとうございます。	
預託いただきました金品は、社会福祉に役立たせていただきました こと存じます。	
今後とも、なお一層のご指導ご支援をお願い申しあげ、謹んで 感謝の意を表します。	
領 収 書	
¥ 56,545 -	
里し	
(所得税法第8条第2項第3号該当) (法人税法第35条第4項該当)	
平成 28 年 11 月 4 日	上記正に収収いたしました
社会福祉法人 加古川市社会福祉協議会 加古川市 善意銀行 理 事 長 花 谷 耕 平	

計 報

5組	山本博章 様	28年9月
9組	桜井千紗登 様	28年10月

皆様と共に、ご冥福をお祈りいたしましょう。合掌。

ご厚志

山本様よりご厚志をいただきました。厚くお礼申し上げます。

※ 10月28日の「健康教室」には、病院から10名の先生、地域包括支援センターから2名の方々に来ていただき30名の参加を得て実施しました。今回は7つの項目の測定をしました。

改めて自分の筋力の衰えている箇所を知ることができ、毎日の生活習慣を見直す良い機会となりました。

最後に1, 2, 3, 4と声を出して数を数えながら、百歳体操の指導を受けました。声を出して筋力運動をすると、息を止めないので、血圧の急激な上昇を防ぐことになるそうです。

※ 前回お知らせしましたように、第2回健康教室「楽しく減塩生活」が11月18日(金)10:00~社務所にて行われます。お友達お誘い合わせてご参加いただきますよう、ご案内致します。