

# 箕輪で女性指導者研修

## 県老連南信ブロック

県老人クラブ連合会の南信ブロック女性指導者研修会はこのほど、箕輪町地域交流センターで開いた。上・下伊那、諏訪地区の老人クラブ女性役員ら約

70人が参加し、講演や活動発表などで研さんを積んだ。会員の資質向上を図るため、4ブロック単位の毎年開いている。県老連会長の池上弘祥

さん(伊那市)は「人と会って頭と体を働かせ、心身の健康保持に努めてほしい。有言実行で前向きに活動を」とあいさつした。

講演では伊那保健所の管理栄養士が、世界で一番の健康長寿を目指した健康づくり県民運動「信州ACE(エース)プロジェクト」について説明。日頃から小まめに動くことや、塩分に気を付けた食事の大切さなどを呼び掛けた。

活動発表した箕輪町長寿クラブ連合会の春日富貴子女性部長は「役員になるのが負担で脱退者が多く、加入者も年々減少傾向にある」と報告。「役員の負担軽減を図るとともに、魅力ある活動が必要」とし、「課題に対して皆で話し合い、改善していきたい」と語った。



講演などで資質向上を図った県老連南信ブロック女性指導者研修会