

名古屋市老人クラブ通信

第50号

なごやかひろば

発行 なごやかクラブ名古屋
 (公社)名古屋市老人クラブ連合会
 〒462-0844 名古屋市北区清水四丁目17-1
 名古屋市総合社会福祉会館5階
 TEL.052-991-7734 FAX.052-991-7581
 http://www.nagoyarouren.com

制作 (株)博報社 名古屋支社
 〒462-0843 名古屋市北区田幡2-13-23 2F-B
 ☎0120-0212-09

毎年1・4・7・10月発行 発行部数10万部

平成29年度なごやかクラブ研修会



9月5日、名古屋市との共催で単位クラブの代表・女性リーダーを対象に、なごやかクラブ研修会が日本特殊陶業市民会館で開催されました。

開催のあいさつで三浦芳隆会長は会長の後継者問題について触れ、「地域で活動する他団体等との連携を深めながら対処していただきたい」と参加者に呼びかけました。

続いて、かがりび法律事務所所長の舟橋拓馬弁護士から「遺言のススメ～遺言入門・自筆証書遺言について～」と題し、高齢者のための法律講座が行われました。

◆講座要旨

遺言とは、自身の死後に備えて残しておくべき意思表示のツールです。遺言がないと権利・負債が全相続人共有の状態になり、未協議が続くと財産の帰属が決まらず宙に浮き、銀行預金などが下ろせな

くなりません。遺言書の作成方法について最も手軽にできるのが「自筆証書遺言」です。死ぬまで書き直しが可能で、本文、作成日、氏名は遺言者の自書に限ります。ただ、「自筆証書遺言」は手軽である分、当事者間で揉める原因にもなります。こうした短所を補うのが「公正証書遺言」です。公証人関与のもとで作成する書類ですから、法律上のトラブルを招くことがなく、安心です。



舟橋拓馬 弁護士

引き続き、地域スポーツマネジメント研究所の青木葵教授による講演「健康づくり・通いの場づくり」が行われました。

◆講演要旨

65歳以上の人口が27・3%に達した今の課題は健康寿命を延ばすことです。では、そのために何をすべきか。「バランスの良い食事」「運動機能の保持」「積極的に外出する」「社会とのつながり・役割をもつ」「適切な生活習慣を身につける」「誘い、誘われる友人をつくる」などがあります。また、地元の小学校や地域包括支援センターと連

【五十】

なごやか 彩時

シリーズ

【瑞穂区】

名古屋市総合リハビリテーションセンター

平成元年10月に当時の名古屋市厚生院(老人看護施設)跡地に「名古屋市福祉健康センター」として事業を開始し、平成6年に現名称へ改称しました。

相談から医療・訓練を経て、社会復帰に至るまでの一貫したリハビリテーションを提供するとともに、スポーツ活動・地域活動の場を提供するなど、障害のある方や高齢の方が、社会の一員として自分らしく生き

られるよう、様々な支援を行っています。

また、サロン活動などを通じ、地域の方にちょっとした困りごとを気軽に相談できる機会やものづくり体験をはじめ創作活動、日常生活支援、地域交流の場を提供しています。



■交通 地下鉄名城線

「総合リハビリセンター」
下車①番出口
市バス「総合リハビリセンター」下車

懐かしいポップスをアレンジした吹奏楽を堪能しました。



青木葵 教授

休憩をはさみ最後のアトラクションでは、愛知淑徳大学ウィンドオーケストラによる



愛知淑徳大学ウィンドオーケストラによる吹奏楽