

平成 22 年度「桐の木」会活動報告書

《会員数の変化》

平成 22 年度 会員数 35 名 平成 23 年度 会員数 26 名

《活動内容》

第 1 回 桐の木会「総会」

日 時:平成 22 年 5 月 23 日(日)10:00～13:10

場 所:川井クリニック

出席者数:会員 14 名、会員外 1 名

内 容:前年度活動・会計報告、H22 年度年間活動計画

講演 高田眼科 高田真知子先生

“最近の眼科治療について”

筑波大学体育専門学群 井上実咲先生

“準備運動と整理運動 身体を使って楽しくゲーム“

第 2 回 桐の木会「調理実習」

日 時:平成 22 年 8 月 4 日(水)9:30～13:30

場 所:つくば市豊里公民館

出席者数:会員 10 名、会員外 5 名

内 容:香りと色彩を楽しむイタリアン

第 3 回 桐の木会「運動の会」

日 時:平成 22 年 10 月 6 日(水)10:00～12:00

場 所:豊里勤労者体育センター(体育館)

出席者数:会員 8 名、会員外 5 名

内 容:自宅でできる転倒予防エクササイズ

第 4 回 桐の木会「調理実習」

日 時:平成 22 年 12 月 15 日(水)9:30～13:30

場 所:つくば市豊里公民館

出席者数:会員 8 名、会員外 10 名

内 容:正月料理のカロリーと塩分を学ぼう

第 5 回 桐の木会「日帰り旅行」

日 時:平成 23 年 4 月 13 日(水)6:30~19:30

場 所:福島 花見山公園

※震災により中止