

令和1年度「桐の木会」活動報告書

令和1年:会員数(37人)

《活動内容》

第1回 桐の木会「総会」

日時:2019年5月19日(日) 9:30~13:00

場所:川井クリニック

出席者数:会員(18人)・会員外(0人)

内容:前年度収支決算・活動報告、今年度予算報告・活動計画

桐の木会 会員の推移

特別講演『腎臓病の克服に向けて』

クリニック周辺のウォーキング

第2回 桐の木会「ウォークラリー」

日時:2019年6月9日(日) 9:00~15:30

場所:霞ヶ浦総合公園

出席者数:会員(8人)・会員外(3人)

内容:糖尿病勉強会・霞ヶ浦総合公園でウォークラリー

第3回 桐の木会「調理実習」

日時:2019年9月11日(水) 9:30~13:00

場所:豊里交流センター

出席者数:会員(12人)・会員外(9人)

内容:「レジスタントスターチ」…炭水化物の摂り方を工夫した料理

第4回 桐の木会「日帰り旅行」

日時:2019年11月27日(水) 6:30~17:30

場所:福島県

出席者数:会員(16人)

内容:塔のへつり・大内宿

第5回 桐の木会「運動の会」

日時:2019年2月5日(水)

場所:つくば市赤塚公園内 遊歩道

出席者数:会員(9人)・会員外(6人)