器人勿ラブの ≈新しの会員の皆様へ≈

老人クラブ会員になると、いきいきとした高齢期の生活 (シニアライフ) が実現する。

①地域に新しい仲間ができる

- ●地域の各世代との交流ができて、多くの親しい関係が生まれる。
- ●老人クラブ活動と交流によって、社会性が保持され、連帯感が深まる。

②健康の保持・推進になる

- ●老人クラブ活動へ参加すれば、閉じこもりの防止、健康の保持・増進につながる。
- ●友愛活動や社会奉仕の日の活動などを通して、精神的な充実感、こころと身体 の健康が実現する。

(③知識や経験を生かし、新しい能力の発揮ができる)

●これまでの生活や仕事、趣味などの知識や経験を生かす機会が増える。

(4)社会活動への参画と貢献ができる

● 「花のあるまち、ゴミのないまち」運動やリサイクル運動などを通して、地域環境 の保全や美化、緑化など、住みよい環境づくりに参画・貢献できる。

⑤心の安らぎ、充実感が得られる

- ●地域に多くの仲間ができることで、孤独感がなくなり、心の安らぎが得られる。
- ●老人クラブ活動を企画し実践するなかで、達成感や満足感、あるいは実践の評価 に伴う充実感、感謝の気持ちなど、多くの精神的な喜びを味わうことができる。

入会申込書

フリガナ							071.40	<u></u>		_
氏	名					生年月日	昭和	年	月	
				[男	・女]				(才)
		(〒 −	-)			現住所	の居住期間		年
住	所									
						電 話	 (·······		
						~ ~	(,		
家	族	□ 本人		本人と配	偶者	□ 本人と配信	禺者以外0	D家族	人	
現在持 趣味・	っている 免許等									
今後やり	りたいこと									

〈申込先〉クラブ名

趣味を 健康で 楽しみたい いたい ※老人クラブリーダー必携より抜粋 友人が 人の役に ほしい 立ちたい 概ね60歳以上の方ならどなたでも入会できます。 詳しくはお近くの老人クラブまたは各市町村老人クラブ連合会へお尋ねください。 老人クラブは地域で活動する自主的な組織として 仲間づくりを通じて、生きがいと健康づくり・生活を豊かにする楽しい活動を行うこと その知識や経験を生かして地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会活動に取り組むこと 明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的としています。 単位クラブ名 ※この入会申込書に関わる個人情報は、入会する単位老人クラブ内のみの使用となります。 市町村名 発行 (公財)愛知県老人クラブ連合会 2024 10.000

新たな楽しみを求める

白鳥フレンズ

岡崎市

雨天の代替案として考案され たのが「バッケリング」この競 技はバケツまたはバケツの絵に 向かって、お手玉を投げ、点数 を競う競技です。お手玉を投げ る、拾う、点数を数える等で、 身体的健康づくりに適している

だけではなく、大きな声で応援し、勝負に勝つ喜びがあ ることから、フレイル予防、認知症予防に効果があると 感じています。

該当クラブ発祥のスポーツで当初は少人数で行って いましたが、近隣の老人クラブや学区老連、老人ホー ム、子ども会など様々な団体へ普及活動をし、現在では 4学区で活動が取り入れ、着実に普及を進めています。

西幸さいわい会

豊橋市

令和4年度よりクラブ独自の広報紙「さいわい会 だより」を町内に回覧し、クラブ活動のPRとともにさ いわい会の活動への理解と協力を求めています。

広報紙の内容は行事の報告、講座のお知らせ、高 齢者の抱える問題点等を取り上げる他、民生委員や 地域包括支援センター等の記事も掲載し、「わかり やすい・見やすい・読みやすい」をモットーにイラス トや写真等、視覚に訴えるものを入れ、なじみやす い原稿作成を心掛けています。隔月で年6回発行 し、地域の反応も良好で発行当初から会員も年々増 加しています。今後も「魅力のある老人クラブ活動の 在り方」を模索していきます。



老人クラブ 活動事例紹介

健康学習 交通安全・見守り 健康づくり 体操・ウォーキング 世代間交流·伝承 シニアスポーツ 環境美化・リサイクル 体力測定 地域づくり ←→ 仲間づくり ←→ 支え合い 各種サークル 集いの場 旅行•社会見学 安否確認 生きがいづくり 趣味:文化 困りごとの手助け

※全老連創立60周年記念パンフレットより抜粋。

高齢消費者被害防止

犬山市老人

犬山市

老人クラブ活動の在り方をまとめるために、 全会員を対象にアンケート(意識調査)を実 施。活動実態や地域活動等、一般会員に10問、

教室·講座

会長に3問の設問を設定。回収率82%となり、回答を分析し、具体的な課題の提案をしまし た。①高齢者の見守り活動 ②勧誘パンフレットの改定 ③地域活動への推進 ④女性会 員の活用と活性化の4項目とし、これらの小委員会を設置し、取り組みを開始しています。

これまで買い物支援やサロン活動の居場所作りや見守り活動、会員拡大に向けた勧誘チ ラシの改定を行いました。



豊田市

様々な考えを持ち、個性ある活 動をしている人が多い昨今、自分 の住んでいる地域を大切にし、人 との絆を感じる高齢者活動に取 り組んでいます。これまでの経験 や趣味を生かし、仲間づくりをす

る自主サークルの活性化を図りました。健康体操、卓球、マ レット、ヨガ、うたごえ、大正琴、カラオケ、太極拳等、やりた い事が増えています。地域住民を巻き込んだ活動として区 民会館で「下越戸おしゃべり喫茶」を開設しました。ワイワ イとお喋りや交流の輪が広がっています。

会員増のため、会員増検討委員会を開き、班長と役員が 家庭訪問をして話し合いながら、活動を説明し仲間を増や してきました。

昭和61年から月2回(毎月第1・3日曜日)折戸八幡社境 内の清掃とその周辺の道路清掃続けており、会員及び地域 の交流の場となっています。当初は当会のみで行っていまし たが、今では区長、副区長、氏子も参加し、折戸八幡社周辺 が綺麗になり、大変感謝されています。折戸区を安全で安 心できる町にすることをクラブの最大目標に掲げ、交通量の 多い交差点での学童見守りや防犯活動を行い、会員への交 通安全教室や防犯教室も開催しています。

ここ10年は小学 生の交通事故はゼロ であり、毎年、警察 署より感謝状を贈呈 されています。



