

# 老人クラブには 「ために」 なる活動がいっぱい

まずは自分の「ために」・・・  
そして、まわりの人や地域の「ために」・・・  
同じ世代の仲間とともに、  
老人クラブの「ために」なる活動で  
楽しみながら、いきいきとした  
毎日を送りましょう。



老人クラブは

○おおむね60歳以上の方ならどなたでも入会できます(60歳未満の方も歓迎します。)

○年千円程度の会費と国や市町村からの補助金等で運営されています(老人福祉法に明記)。

## 自分の「ために」…



### 仲間づくり

年齢とともに大切になるのが、支え合える仲間。地域に多くの仲間ができることで、孤独感がなくなり、安心して生活することができます。

### 健康づくり

健康づくり・介護予防につながるいろいろなことを学習したり、運動会などの体育行事にも参加できます。

何より、老人クラブの活動に参加することで、閉じこもりの防止になります。



### 生きがいづくり

楽しい趣味・サークル活動なども充実し、生きがいづくりにも役立ちます。

たとえば…旅行、民謡・ダンス、グラウンドゴルフ、ゲートボール、カラオケ、手芸、俳句、囲碁、将棋、パソコンなど

### 安全・安心

交通安全教室や防災教室、消費者問題（振り込め詐欺、悪質商法等）の学習会など、暮らしの安全につながる活動にも取り組んでいます。

老人クラブ専用の傷害保険にも加入でき、安心して活動に参加できます。



## まわりの人や地域の「ために」…

### 友愛活動

ひとり暮らし高齢者のお宅を、老人クラブ会員が訪問し、話し相手になることで、その人の孤独感を解消したり、安否の確認や暮らしに役立つ情報を伝えます。

高齢者同士の支え合いによるこの活動は、今や地域福祉に欠かせないものとなっています。



### 奉仕活動

地域社会に対する感謝の気持ちと、よい環境を子どもたちへのこすため、美化活動（道路や神社などの清掃）や環境にやさしい活動（リサイクル活動など）に取り組んでいます。

### 伝承活動

これまで培ってきた知識や経験、技術などを、次代を担う子どもたちに伝えることは、高齢者の責務でもあります。

昔の遊びや生活文化、郷土芸能など、子どもたちとの交流を通して伝えていきます。



### 見守りパトロール

「みんなで地域（子ども）の安全を守りましょう」そんな思いから始まった、登下校時の見守りパトロール活動は、全国的な広がりを見せています。犯罪の防止に役立ち、子どもたちとのふれあいによる充実感も得られます。

