

2020.1  
第87号

# ひの長寿の友

滋賀県蒲生郡日野町河原1-1  
日野町勤労福祉会館内  
【発行】  
日野町老人クラブ連合会  
【責任者】  
三添 長一郎



## 謹賀新年

日野町老人クラブ連合会  
老人クラブは互助の精神で

日野町老人クラブ連合会  
会長 三添 長一郎

明けましておめでとうございます。ご家族おそろいで新年をお迎えることとお慶び申し上げます。日頃は、日野町老人クラブ連合会にご支援、ご協力いただき厚くお礼申し上げます。

十二月には日野町から個人や団体が知事表彰や県会長表彰を受けられました。これらは長年にわたる日々の活動が認められたことと、今後の活動に期待されていることの証しです。

また、家からあまり出ない人をゲートボールの練習の時に話に誘ったり、グラウンドゴルフやゲートボールの練習の準備を長年にわたり行ったり、シルバー大学に誘い合って続けて参加したりしておられます。まだまだ数々の見えな見えない活動もしておられます。これら会員さん一人ひとりの活動が大きな力になっていきます。

昨年、町老ク連活性化臨時特別委員会を立ち上げました。役員となり手がでない傾向は、老人クラブ以外の様々なところでも起こって

いるようですが、互助の精神の大切さを確認しました。役員も互いに助け合い、負担軽減を図る等が話し合われました。役員をすることで無形の財産となります。広域で交流し、地域で役割のある高齢者は前向きで、元気だとの報告も多くあります。

今後ますます高齢化が進み、日本人の五人に一人が後期高齢者になるという二〇二五年問題も言われています。このような中、老人クラブが担う役割には大きなものがあります。

「同じ仲間だ 輪をつくれ  
老人クラブは みんなの広場  
長い人生 たたかいぬいて  
顔がほほえむ 日焼けの顔が  
みんな元気さあ生きぬこう」

これは、町老ク連の総会に出てくる「老人クラブの歌」です。老人クラブの活動を楽しみにしている人や、誇りに思っている人が多くおられます。今後も自分たちのクラブとして老人クラブを大事にし、互いに助け合い、活動に積極的に参加し、知恵を出し合って充実した楽しい老人クラブにしたいものです。





町民の皆さんと一緒に「住み続けたい町、住んでみたい町」を



日野町長 藤澤直広

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。昭和十五年の東京オリンピックが日中戦争で中止になったこと、昭和十一年のベルリンオリンピックがナチスドイツ国威発揚に利用されたことなど、痛苦の歴史も描かれています。オリンピックは、

さて、今年は、東京オリンピック開催の年です。昨年のNHK大河ドラマ「いだてん」では、昭和三十九年の東京オリンピックが描かれていました。全国各地を巡った聖火リレーをモデルに、小学校の運動会では聖火リレーが行われ

\*\*\*\*\*

地域に広げよう、お互いさまのこころ

日野町社会福祉協議会会長 平尾義明

新年あけましておめでとうございます。



内閣府が公表した令和元年版高齢者社会白書の中で紹介されている、全国の六十歳以上の男女に実施された「高齢者の住宅と生活環境に関する意識調査」結果では、六十歳以上の人のうち九割以上が現在の地域に住み続けたいと回答され、そのうち半数以上の方が、安心して住み続けるために必要なものは「近所の人との支え合い」と回答されています。

近年、全国各地で自然災害による甚大な被害が発生していることから、改めて日頃からの地域のつながりや支え合いが、非常時には特に大切であることを実感したと

思っています。ところで、本年三月、日野町は合併六十五周年を迎えます。昭和三十年三月十六日、一町六村が合併し現在の日野町になりました。平成の合併を乗り越えて日野町として歩みを進められることは素晴らしいことです。

この間、木造の役場、校舎、公民館など公共施設が建て替わり、道路、水道、下水道などインフラ整備も進みました。こうした時代を支えてきていただいた皆さんに、心より感謝申し上げます。現在、第六次日野町総合計画の

策定に取り組んでいます。町民の皆さんと一緒に「住み続けたい町、住んでみたい町」を目指したいと思えます。ご支援とご協力をお願いし、新年のご挨拶とさせていただきます。

昭和三十年三月十六日に町村合併し、日野町が発足しました



お互いさまという言葉は、相手も自分も同様の関係・立場にあるという意味で、このお互いさまの気持ちを持つと、人はやさしくなれます。なぜなら、相手の立場になつて考えることができ、自己主張だけでなく、譲り合うことが出来るからです。

これからも「困った時はお互いさま」住民同士で支え合う地域づくりを地域の皆さまとともに、取り組んでまいります。

会員の皆さまにおかれましても豊かな人生経験を地域社会で活か

していただき、引き続き地域福祉活動にご支援ご協力を賜りますようお願いいたします。

今年が皆さまにとって明るく希望に満ちたすばらしい一年となりますよう心からご祈念申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。



### 滋賀県老人クラブ大会が開催

#### 滋賀県知事表彰に遠城輝雄さん 県会長表彰に瀬川富三さん 安部居寿会が受賞

十二月六日(金)滋賀県立文化産業交流会館において、第五十八回滋賀県老人クラブ大会が開催されました。

日野町から次の皆様が長年の活動に対する功績により滋賀県知事表彰、滋賀県老人クラブ連合会会長表彰を受賞されました。

また、豊熟シニアの主張で優秀賞・佳作賞を受賞されました。

#### 滋賀県知事表彰

遠城輝雄さん (安部居)

#### 滋賀県老人クラブ連合会会長表彰

・老人クラブ育成功労者

瀬川富三さん (徳 谷)

・優良老人クラブ

安部居寿会 (川原勝美会長)

#### 第三十八回「豊熟シニアの主張」

入賞者

優秀賞 安井恵美子さん (上迫)

佳作賞 太田勝彦さん (村井一区)

おめでとございました。

このたびの表彰を契機として、更にこれからの活動を広め、魅力ある老人クラブ活動が展開されることを期待いたします。



▲ 右から安部居寿会 川原勝美さん、瀬川富三さん、太田勝彦さん、安井恵美子さん



▲ 遠城輝雄さん

表彰、来賓祝辞、大会宣言の後、健康生きがいづくりアドバイザー 國松善次氏の「人生百歳 元気に楽しく」と題した講演がありました。百歳以上の人口が七万人になった現在、ワクワクした目標に向かってコツコツ努力し、地域を舞台に元気に、楽しく百歳をめざそうと話されました。午後からは守山市在住のシャンソン歌手、Kusuyo(くすよ)さんのコンサートを楽しみ閉会しました。

### 活動だより

#### 健康部

#### ゲートボール大会

九月二十六日(木)内池公園多目的グラウンドでゲートボール大会が開催されました。今年は一、二チームが参加され、日頃の練習の成果を発揮されました。和気あいあいと競技を楽しまれました。

成績は次のとおりです。

- 優勝 北脇チーム
- 準優勝 中山東チーム
- 第三位 中山西チーム



▲ 第1ゲートに狙いを定めて...

#### グラウンドゴルフ大会

十一月六日(水)大谷公園グラウンドゴルフ場で、百三十四人の参加を得て、ふれあいグラウンドゴルフ大会が開催されました。雲ひ



▲ ホールインワンかな？

とつない秋晴れの元、地域を越えて会員同志が親睦を深められ、楽しくプレーされました。

成績は次のとおりです。

- 優勝 池元久男さん (必 佐)
- 準優勝 宇田兵司さん (東桜谷)
- 第三位 西村衛夫さん (西桜谷)



▲ 右から準優勝 宇田兵司さん、優勝 池元久男さん、第三位 西村衛夫さん

入賞されました皆様、おめでとうございます。



### 健康づくり ニユースポーツ講習会



▶ 体力測定  
前屈どれだけ  
できるかな



◀ 簡単にできる  
楽しいピンゴボール

十二月九日(月)大谷体育館で、健康づくり・ニユースポーツ講習会を五十名の参加を得て開催しました。県健康づくり指導員の指導を受け、体力測定では、個人差があり、一喜一憂され、今後の体力維持増進の指標となりました。ニユースポーツでは、湖南市老ク連が開発されたピンゴボールを講習簡単にできるゲームを楽しまれました。設計図もあり簡単に作れるので、地域で試されたらいかがでしょうか。

五二一 二二九

### 教養部

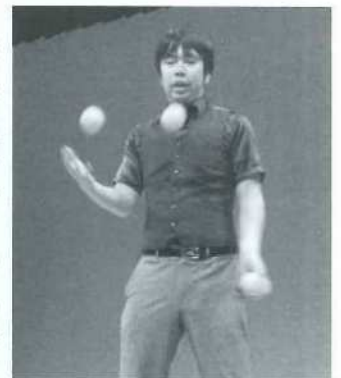
### シルバー大学を開催 延べ千七百人が受講

第一回シルバー大学は九月九日(月)に開催、開校式と昭和ロマンくらぶ代表のフリーランスヴォーカリスト SORAKO(そらこ)さんによる講演がありました。会場を回りながら歌を歌ったり、健康体操や自身の病気や介護のお話を交えた大変パワフルな講演に、会場は大いに盛り上がりました。



▲ 講師も客席に、みんなが一体となったSORAKOさんの講演

第二回は、十月二十一日(月)に開催、京都大学卒の大道芸人たつきゆうさんによる「大道芸で笑いと健康・ユーモアセラピー」と題した講演がありました。見事な大道芸に拍手喝采。笑いヨガや簡単にできる体操を交えた健康づくりのお話を楽しみました。



▲ 見事な大道芸とユーモアあふれる、たつきゆうさんの講演

第三回は十一月九日(土)に日野町文化祭と共催で開催、山本恵理ニューヨークジャズトリオとわたむき混声合唱団による、江州音頭組曲コンサートが開催されました。ジャズにアレンジされた江州音頭と地元の合唱とのコラボに感心。最後に会場が一つになり江州音頭の踊りの輪ができ、盛り上がりました。



▲ ジャズの江州音頭組曲に地元合唱団も熱唱

第四回は十一月二十五日(月)に開催、四国医療産業研究所長で滋賀県医療福祉アドバイザーの榎本真幸氏の「元気高齢者が地域を創る」ありがとうと言われて活き抜く」と題して講演がありました。

医療や介護現場の現状をふまえ、自分がどういう生き方をしたいのか、チームの中に入り応援団と共々に地域で生きていくことの大切さを話され、受講者は大変熱心に聞かれました。

その後、閉校式があり終了しました。シルバー大学は会員誰でもが、無料で参加できる事業です。来年度もたくさんご参加ください。

**アンケートから**

- ・ 四回とも大変良かった。今後とも継続してほしい。
- ・ シルバー大学に参加すると、少し生きがいと張り合いが出る。
- ・ 認知症を減らすためにも、多くの参加が望ましい。PRが必要。

▲ 榎本先生のお話しに引き込まれ、皆さん熱心に聴講



社会部

二施設で奉仕作業

社会奉仕の日の九月二十日(金)朝八時からわたむきの里作業所と、介護老人保健施設リスタあすなるの奉仕作業が行われました。会員九十五名が二カ所に分かれ、草刈りや植木の手入れ、草むしりなど作業に取り組んでいただきました。

さすが熟練のみなさん、手際よく作業が進み、一時間ほどで見違えるように美しくなり、それぞれの施設からは、感謝の言葉をいただきました。ご参加いただいた皆さんお疲れ様でした。



▲わたむきの里作業所花壇の除草

▼リスタあすなるの植木も剪定



ひの「長寿の友」を発行

毎年一月一日と八月十五日の二回老人クラブ連合会の会報「ひの長寿の友」を発行しています。

単位クラブや地区の活動や事業の報告などを掲載し、老人クラブの活動を皆さんに知っていただこうと、全戸配布させていただいています。多くのみなさまにご入会いただき、楽しく活動していきたいものです。滋賀県老人クラブ連合会のホームページでも各老人クラブの機関誌が見られますのでご覧ください。

女性部

ひのたに園とファンケル美健を訪問

十一月二十九日(金)天候に恵まれ、女性部二十三名が研修で施設訪問させていただきました。

はじめは、ひのたに園へ。生活保護受給者の救護施設で、二十代から八十代の約百名の入所者の抱える問題に合わせ、十九名のスタッフが色々な取り組みで支援されています。館内にラジオ体操の音楽が流れると、曲に合わせ、みんな体操を始められ、穏やかな時



▶ひのたに園



▲ファンケル美健滋賀工場

間を過ごされているようでした。

次の目的地の前に正明寺に参拝。近くの溜の周辺の紅葉に見とれつつ、ファンケル美健滋賀工場へ到着。工場は大変綺麗で、原料入荷から製造、充填までオートメーション化され、チリ、雑菌のない無添加化粧品を生産されています。化粧品を使う人の不安、不満をなくしたいという思いから、会社名も「ファンケル(不安蹴る)」になったとか。

最後は、近江日野商人ふるさと館へ。江戸から昭和へと日野商人として活躍された山中家で立派な座敷に座って、改めて先人のすごさを感じると共に、留守宅を守ってこられた奥様のご苦勞を思いつつ、伝統料理に舌鼓。普段出会うことのない会員さんとも交流でき、有意義な一日でした。

(石岡 佳子)

第三ブロックの

グラウンドゴルフ大会とニュースポーツ講習会

十月三十日(水)近江八幡運動公園で、県連合会第三ブロック(近江八幡・安土・竜王・日野)のグラウンドゴルフ大会とニュースポーツ講習会が開催され、日野町から三十名が参加しました。

午前中はグラウンドゴルフ場で、障害物に苦勞しながらプレーをされ、午後からは、体育館でカローリングの体験講習の後、ゲームを楽しみました。他市町の老人クラブの人達と一緒にチームを組み、健康づくりと和やかに交流ができた一日となりました。



▲障害物に苦戦しながらのプレー

▼なかなかうまくすべらないカローリング





### 地域の伝承

地域やお寺、神社、学校などのつながりの中、老人クラブの仲間が文化継承を担って伝統を守っています。



蔵王寿会では、昭和五十七年の発足当時から、徳本上人(高名な念仏行者) 碑のお参りをし、功績を伝えられています。



上三十坪長寿会では、お祭りに奉納する「ほいのぼり」をひごから作製し、伝承されています。

## がんばっています 地区・地域だより

日野地区

地域を支える長寿会

寺尻長寿会 谷田 正一

集落を囲む田んぼが真っ白に染まる季節、今年も見慣れた風景を眺め次世代の地域の担い手に思いを巡らせながら、年を重ねられることはありがたいことです。

寺尻長寿会は会員数三十九人で住民の四割相当になる。未加入の方もあり高齢化率は著しい。社会情勢の変化で、会員皆が長寿会に軸足を移せる時は程遠いが、「総会」「親睦会」「新年会」には多くの会員が揃う。「地域環境美化活動」で、草の根広場の除草と植木の手入れを行っている。広場では毎週土曜日にグラウンドゴルフを楽しみ、納涼祭には老若男女が集い、歓談して親睦を深めている。

今後、高齢化はさらに進み、隣近所や組、地域の日頃からのつながりが何より大切になる。



▲ 環境美化活動の合間にひと息

### 東桜谷地区

東桜谷老ク連研修旅行

スカレットの信楽へ

東桜谷地区 園城 晴造

恒例の東桜谷老人クラブ連合会の研修旅行を七月二十三日(火)に催行しました。

これまで男女別にそれぞれ研修会を持たれていましたが、今年度は合同でしようと役員会で決まり、各地区役員総勢二十一名の参加のもと、賑やかに楽しく催行できました。

本年度はNHKの連続テレビ小説で放送されている、スカレットの舞台の信楽方面に行くことになりました。町の福祉バスをありがたく利用し、天候に恵まれ九時に公民館を出発、十時前に遊べる・食べる・買う・作れる施設の



▲ 神山清子さんの説明に、感銘を受ける皆さん

澤善陶器店に到着。昔からの焼き窯の説明を受け、十一時半まで陶芸作品作製を楽しみました。粘土を使い、説明、援助を受けながら取り組みました。焼き上げまで一か月かかり、十一月二・三日の公民館文化祭にみんなの力作を展示することができました。作陶、昼食と澤善で楽しんだ後、スカレットのモデルで、陶芸作家の神山清子さんの工房を訪ね説明を受け感銘しました。その後陶芸の森を見学、休息の後帰路につき、無事四時帰着しました。





西桜谷地区

箕面スパークーデン

・マダムシンコ

日帰り親睦旅行

野出寿クラブ 木本 三郎

恒例の野出寿クラブの日帰り旅行を十月二十八日(月)「箕面温泉スパークーデン」に出かけました。八時三十分出発、二十五名を乗せたバスは、秋晴れの好天気に恵まれ、蒲生スマートインターより大阪方面に爽快に走行。車窓からは秋の風景が観られ、車内は席の隣同志の会話がはずんでいると、二時間程で「大人気！マダムブリュレ」のマダムシンコ箕面本店に着きました。入店すると甘い香りの洋菓子、まずは試食と、その後はお買い物。商品を詰めた多数の紙袋は次々とバスのトランクに積み込みます。

バスは道幅が狭く、登坂のある市内道路を、プロの巧みなハンドルさばきで箕面スパークーデンに到着。大阪平野が一望できる会場で宴会。温泉に浸かったり、大衆演劇の観覧等で日頃の疲れを癒やし、有意義な一日でした。当クラブは、十一月に研修兼菊見会で一層会員の親睦を図ります。



▲ 箕面スパークーデンでお食事

西大路地区

音羽 薬師堂祭

音羽寿クラブ 前川 忠一

音羽寿クラブは、十年程前から集落内にある薬師堂を区より委託を受け管理しています。古くには神懸かりの古老が祈祷され、多くの信者を集めていたと伺っています。この方後、寿クラブが管理することとなりました。

薬師堂は、音羽西古墳の一角を占め、共存する形で現在に至っています。この音羽西古墳は五世紀中期の第二十一代雄略天皇に暗殺された市辺押磐皇子を改葬した古墳とも伝えられており、淡海国綿向嶽山麓久(来)田綿の蚊屋野に埋葬されたとのが古文書にも掲

載されています。何れにしろこれらの伝えは、確証がなくても地元民としては誇らしいことです。

毎年八月二十三日には、寿クラブ会員により早朝より前日の準備作業に引き続き、お供えや飾りつけの後、三々四メートルの輪を作り、南無阿弥陀仏を唱えながら数珠を百周回し、薬師如来を終日お祭りするものです。私こと通常の会員が百万遍念仏を二回で修業する所を今年で三度経験しますが、未だに説法の有難みが実感出来ず悶々とした日々を送っています。



▲ 薬師堂祭 百万遍念仏

鎌掛地区

ラジオ体操で健康の保持増進

鎌掛地区 對中 和夫

午前六時三十分前になると、孫と手をつないだお婆さんや、幼い子どもにお付き合いのお父さん、一人暮らしの高齢の方などが朝の

挨拶を交わしながら集まって来られます。

夏休み期間中のラジオ体操の会場。この字も少子高齢化で少なくなった児童の輪に大人が加わり、ラジオから流れる音楽に合わせ思い思いの場所で体を動かします。

鎌掛老人会では会員にカードを配る際、体操の効果と参加賞を渡す旨を書いたチラシを添えて積極的な参加を呼びかけました。

ラジオ体操は高齢者でも手軽にでき、しっかりと動かすと肩こりの解消や膝腰痛の軽減など健康に効果ある運動と言われています。便利な暮らしで運動する機会は減少しました。こうした取り組みをきっかけに、継続的な運動習慣を身に付け、健康で充実した百歳人生を歩んでいただきたいと願っています。



▲ ラジオ体操で健康づくり



南比都佐地区

会員の親睦、絆を深め

健康長寿を目指して

上迫長寿会 安井 利治

明けましておめでとうございませす。上迫長寿会です。

上迫長寿会の会員は五十名で、上迫の総人口の三分の一以上を占めています。年間の行事としては春と秋に美化活動と称して草の根広場や遊園地の植木の手入れ、県道や町道の草刈りを行っています。美化活動の後には、その都度懇親会をおこなっています。

夏には旅行、今年度は永源寺町の八風の湯へ行き、昼には宴会、カラオケ、お風呂にもゆっくり入り楽しい一日を過ごしました。グラウンドゴルフも予定していましたが、会場に着いたとたん豪雨で急ぎよ予定を変更し、道の駅あいつとうマーガレットステーションで買い物、その後、滋賀県平和祈念館を見学し、戦争の悲惨さや、平和の尊さを学びました。今年の一月には新年会も計画しています。人生百年時代と言われます。行事活動をとおして会員の親睦、絆を深め、一人ひとりが生涯にわたり健康でいきいきと充実した長寿を目指していききたいと思えます。



▲懇親会で楽しく交流

必佐地区

収穫の喜びが

地域の親睦と発展に

山本長寿会 馬場 進

このたび日野町老人クラブ連合会の優良老人会表彰をいただき、誠にありがとうございました。

私達山本長寿会は、現在五十五名の会員で地域の美化運動、草の根広場の清掃、年二回の親睦会、梅林の維持管理と沢山の活動をしています。この梅林は平成七年に溜の改修工事の時に整備された総山で、約三反の面積があり現在八十本近くの梅の木が植えられています。その管理を長寿会が行っています。梅林の下草刈、梅の木の消毒、梅の枝の剪定にと年間を



▲収穫を楽しみに、丹精込めて管理されています

通じて忙しく作業を行っています。二月末から一斉に咲く、紅白の花には苦勞も和らぎます。六月の収穫作業には、参加者全員が思い思いの力ゴと脚立を持ち、梅取りに頑張ります。今年も準備していたトンベシもあつと言う間にいつぱいになり、二百kgのきれいな梅が収穫できました。近年では他の地区の方々からも心待ちにしてくださる方も沢山おられます。作業後の慰労会も一年間の苦勞も忘れて盛り上がりします。

今回の受賞は諸先輩方々の弛まぬ努力が実ったものです。これからの課題も沢山ありますが、この受賞に恥じないように、地域の親睦と発展に頑張っていくつもりです。

いきいき近江

健康ウォーキングツアー

奈良県明日香村へ

五月十日、県内各地からバス五台で明日香村へウォーキングに出かけました。日野からも二十名ほどの参加がありました。石舞台古墳からゴールの国営飛鳥歴史公園までの五キロメートルを歩きました。途中、マラ石、棚田百選の稲渚の棚田、朝風展望台や高松塚古墳を通り壁画館も見学、柿の葉寿司のおみやげも買い、夏日の良い天候で有意義な一日となりました。このツアーは県主催で年二回行われており、会員はどなたでも参加できます。



▲奈良 明日香村をウォーク



# 日野町老人クラブ活性化にむけて まよめの概要を報告します

## はじめに

日野町老人クラブ連合会、各地区や各字の長寿会の課題として、字ごとの脱退の増加や、若手会員の加入の減少、役員の高齢化やなり手不足など問題がおこっている。また、アンケート調査や聞き取りの結果、様々な課題や要望等があるが、

まずまず高齢化が進み、日本人の五人に一人が後期高齢者となる二〇二五年問題もあり、このような中、老人クラブが担う役割には大きなものがある。

そこで、時代を見据え、老人クラブのあり方を検討するため、「日野町老人クラブ連合会活性化臨時特別委員会」を設置した。

## 老人クラブを取り巻く現状

・定年後も仕事をしている人が多い  
・様々なサークルや趣味の会など仲間作りができる機会がある。  
・老人会に加入するのが煩わしいと考える人、地域との関わりや人間関係を煩わしいと考え、個人で行動することがよいと考える人など価値観の変化がみられる。

・互助の意識が薄れている。  
・様々な事情により役員を嫌がる人が増えている。  
・若手の入会がなく、役員のなり手が少ない。  
・高齢になると若い時のように動けない。人と出会い話をする老人会はよい機会である。

## 老人クラブを取り巻く現状

- ① 組織や活動の意義が不明確
- ② 広報活動が不足
- ③ 役員の負担が大きい
- ④ 運営体制が弱い
- ⑤ 他団体や行政との連携不足

## 具体的な取り組み

- ① 意識づけ  
・「健康・友愛・奉仕」、お互い様の考えで、役員も助けあいながら、前向きに主体的に取り組む。
- ② 組織や活動の魅力向上  
・活動の見直しを図る。活動の意義や必要性、会員の楽しさや満足感、行事の簡略化など会員同士で確認する。  
・「健康で生活を豊かにする楽しい活動」、「地域を豊かにする社会

活動」の充実。サークル活動など選択肢を多くする。  
③ 加入促進の強化  
・入会案内ちらしを作成する。  
・同年代や知合いからも勧誘する。

④ 役員の負担軽減と運営体制の強化  
・運営体制などを見直し、会議や行事などの効率化を図る。  
・原則動員という形でなく、行事への参加の誘いの声かけとする。  
・女性の活躍と若手の活躍の場やアイデアの活用を図る。  
・役員の経験者などサポート隊をつくる。

⑤ 広報活動の強化  
・活動の様子や情報を多くの写真入りで紹介する。  
・様々な広報媒体を活用する。

⑥ 関係機関との連携強化  
・行政や社会福祉協議会、公民館、他団体との連携、交流を図る。

⑦ 今、出来ること まずはやってみることに  
・連合会会員としての特典の検討  
・情報の交流  
・入会案内ちらしの作成  
・行事参加、たより、運動のすずめなどの情報提供  
・サークル活動  
・単位クラブ・地区老人クラブ、連合会でそれぞれできることを検討する。

今後も、委員会やアンケート、会員皆さんのご意見を伺いながら、より良い老人クラブ作りに努めていきます。

高齢者の元気は 地域の元気！

## 老人クラブへ参加 しませんか？

仲間づくり・健康づくり  
社会活動・生きがいづくり

- ・ひとりぼっちは淋しいもの
- ・声をかけ誘ってくれる
- ・情報を届けてくれる
- ・外出する機会が少なくなる高齢期に仲間がいることは大きな安心です。
- ・一緒に楽しく活動しましょう。





