R100 古紙配合率100%再生紙を使用しています

市報
No.1196
7/15
平成27年（2015年）
毎月1日・15日発行

手をつなぎ　心をつむぐ　みどりの清瀬

きよせ

今号の主な内容

特集
地域包括ケアシステムの実現に向けて　…4～5面
クローズアップ「マイナンバーの通知が始まります」　…3面
脳トレ元気塾/「きよバス」運行経路の一部変更　…6～7面
お知らせ～ information　…6～8面

発行／清瀬市　編集／企画部秘書広報課　所在地／〒204-8511 東京都清瀬市中里五丁目842　電話／042-492-5111（代表）　ファクス／042-492-2415　メール／kouhou@city.kiyose.lg.jp　URL／http://www.city.kiyose.lg.jp/

6月22日に開催された清瀬市老人クラブ連合会主催による「スカットボール・輪投げ競技会」

支え合って、一緒に生きる！
「老人クラブ」に入って仲間を増やそう!!

「住み慣れた地域で、ずっと楽しく、生き生きと暮らしていきたい」それは、多くの人が抱く素直な思いでしょう。

しかし、1人で過ごす高齢者や、退職後何をして過ごせば良いのか悩む高齢者が多いのも事実です。そんな方々にぜひ活用してほしいのが、「老人クラブ」という存在です。

高齢者が生きがいや仲間づくり、健康づくりを行える「老人クラブ」について、その概要を紹介します。

問合せ　高齢支援課高齢福祉係☎497・2081

市内に27クラブ、約千200人が会員です

住み慣れた地域で活動をともにする仲間がいれば、毎日をより楽しく過ごすことができるでしょう。そんな仲間づくりにぴったりなのが、今回紹介する「老人クラブ」。現在市内には27のクラブがあり、約千200人の会員が精力的に活動しています。

健康づくりから社会奉仕活動まで

老人クラブの活動は多岐にわたりますが、主には踊りやカラオケ、民謡、手芸、旅行などの趣味に関する活動や、ペタンク、輪投げ、スカットボール、健康ウオーキングなどの健康増進活動があります。

また、1人暮らしの高齢者の方への訪問や生活支援、病院の付き添いといった友愛活動や募金、老人福祉施設の慰問、地域パトロールなどの社会奉仕活動にも力を入れています。

「ひまわり会」による地域交流活動

より生き生きと！一緒に活動しませんか？

現在は多くの会員で賑わう老人クラブですが、暮らし方や社会状況などが変わったこともあって、会員数は少なくなりつつあります。

「毎日をもっと楽しく過ごしたい」。そんな思いを抱いたら、ぜひ老人クラブで仲間を増やし、一緒に活動をしてみませんか？　各クラブでは、いつでも皆さんをお待ちしています！

市内の老人クラブ一覧

クラブ名	主な活動場所
清風会	上清戸老人いこいの家
親和会	中清戸中央老人いこいの家
長寿会	下清戸集会所
延寿会	下宿公会堂（下宿2-515）
喜楽会	中里地域市民センター他
長生会	野塩地域市民センター
芝山会	松山老人いこいの家他
竹寿会	竹丘地域市民センター他
梅園長寿会	梅園老人いこいの家
旭が丘クラブ	旭が丘老人いこいの家
中里柳瀬クラブ	中里地域市民センター
第二芝山会	松山老人いこいの家他
むらさき会	野塩老人いこいの家
清親会	中里老人いこいの家
第三芝山会	松山老人いこいの家他
アヒルの会	下宿地域市民センター
元町寿会	元町老人いこいの家
さつき会	松山老人いこいの家
竹水会	竹丘老人いこいの家
道草会	信愛ふれあいホール（梅園2-3-15）
ひまわり会	稲荷台老人いこいの家
あかねの会	柿の下住宅自治会集会所（中里4-701-82）
松山クラブ	松山三丁目第2アパート集会所（松山3-14）
白梅会	竹丘二丁目アパート集会所（竹丘2-5）
オールドクラブ	中清戸地域市民センター
にこにこシニアクラブ	コミュニティプラザひまわり
ロートリークラブあけぼの	コミュニティプラザひまわり

クラブ活動の一例

6月10日に開催された料理会

ロートリークラブあけぼの

今年4月に発足した老人クラブ。料理教室に通っていた方たちが、活動の幅を広げるために結成しました。普段は料理会の他、ハイキングや花見、座禅会を行っています。また、福祉施設などから依頼を受けて、お祭りやイベントで焼きそばなどの提供も行います。

「友達作りをきっかけに集まったクラブですので、『楽しく活動する』ことを心掛け大切にしています。今後もこのような活動を継続していきたいですね」と丸山会長は話されました。

丸山隆会長

6月15日に開催された健康体操

むらさき会

発足から40年以上、会員77人の老人クラブ。野塩老人いこいの家を拠点に、健康体操・カラオケ・輪投げ・民謡・手芸・歌の広場など、毎日活動を行っています。

中原会長は、「『声を出して、明るく、楽しく』活動できるように心掛けています。最近は、1人暮らしの会員や活動に参加できない会員が増えてきているので、会としてケアをしっかり行い、自治会などと連携して、活動を続けていきたいです」と話されました。

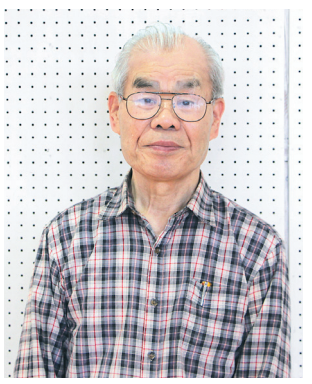
中原輝子会長（右端）と役員の皆さん

地域社会の担い手として活気ある活動を進めたい

現在、60歳～99歳までの会員が、生きがい活動や健康づくり活動、そして、高齢者相互の心のふれあいを目的とした友愛活動に、元気に取り組んでいます。

4人に1人が65歳以上といわれる高齢化社会において、老人クラブは地域社会の担い手として期待される一方、その会員数は、年々減少傾向にあり、活動の硬直化が懸念されています。

清瀬市老人クラブ連合会では、「生きがいづくり」「健康づくり」「仲間づくり」「地域づくり」の4つの活動方針を基本に、新しい仲間に呼びかけ、活気あるクラブ活動を進めていきたいと思います。



清瀬市老人クラブ連合会
会長
小野　秀さん

【清瀬市老人クラブ連合会】
市内老人クラブの連合組織として、高齢者が老人クラブ活動を通じて、社会参加の機会を得るとともに、健康で楽しく・生きがいのある日常を実現できるよう、行政や関係機関などと連携して、さまざまな支援や活動を行っています。