



仲間との絆

地域とのつながり

未来へつなげる

老人クラブでつながる



横浜市平均寿命は、男女ともに80歳を超えています。

「老人クラブ」「老人?まだ60代だから…」なんて

思って活動しないのはもったいない。

60代の方も活動をはじめてみませんか。

第2の人生を地域で楽しく活動、地域社会貢献してみませんか?

新しいスポーツに挑戦してみたり、

地域の新しい仲間とのんびりおしゃべりしたり、

シニア大学に入校して勉学に励んでみるのも楽しいひと時です。

まだ自分には早いと思われる方もいるかもしれませんが、

そんな理由で避けてしまうにはもったいない魅力があります。

活動の内容や関わり方は人それぞれ。

充実した毎日を過ごしてみませんか。



お問い合わせ

緑区老人クラブ連合会

TEL・FAX 933-1133

緑区老人クラブ連合会 ご紹介

楽しく
過ごしたい

教養や技術を
身につけたい

60歳以上のあなた！
いっしょに

人や地域の
役に立ちたい

健康に
過ごしたい

生きがいを見つけてませんか



横浜市緑区に83クラブ、約5,100人の会員がいます。

※平成25年4月現在

あなたも老人クラブに入会し、
仲間といっしょに明日を実りあるものにしませんか

老人クラブの 魅力



- ◆新しい仲間ができて楽しく過ごせます。
- ◆事業への参加を通して健康の保持増進につながります。
- ◆知識や技術、趣味など、これまでの経験を活かせる機会が増えます。
- ◆新しい学習の機会が増えます。
- ◆美化活動や、ボランティア活動に参加して地域社会に貢献できます。
- ◆こころ豊かで安心した生活ができるように、お互いに支えあい活動をしています。

老人クラブ 三大運動



1 健康づくり活動

- ◆体操、ダンス、踊り、グランドゴルフ、ゲートボールなど、楽しみながら健康保持しています。
- ◆俳句、囲碁将棋、カラオケ・コーラス、文科系講座などで心の健康に努めています。

2 友愛活動

- ◆高齢者同士の仲間としてサロンなどの集まりに参加し、生き生きとした暮らしができるよう支えあっている活動です。

3 奉仕活動

- ◆道路や公園の清掃など地域の美化活動を行っています。
- ◆防犯・防災や児童の見守りボランティアをしています。

活動の目的

- ① 仲間づくりを通して、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とともに、
- ② 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み
- ③ 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ます。

会 員

- 入会を希望する高齢者で、**おおむね60歳以上の方を対象**としています。
・準会員や協力会員制度を取り入れ、60歳未満の方の参加も受け付けているクラブもあります。

組 織

日常的に声をかけ合い、**歩いて集まることのできる小地域**の範囲で組織しています。
クラブの規模は、**おおむね30名から100名**を標準としています。

運 営

- ・会員本意の**自主的かつ民主的**な運営をしています。
- ・クラブ活動の**財源は、会員の会費**によってまかなうことを基本とします。

国・地方公共団体の支援

高齢者の生きがいや健康づくりの推進に向け、国、地方自治体から支援を受けています。

連 合 会

小地域ごとの老人クラブ(単位クラブ)を核に、市区町村、都道府県・指定都市、全国の段階に老人クラブ連合会(老連)を組織しています。

単位クラブ 112,395クラブ/6,692,399人
市区町村老連 1,872老連
都道府県・指定都市 61老連
全国老人クラブ連合会



お問い合わせ

緑区老人クラブ連合会

TEL・FAX 933-1133