

仲間(会員)募集!



老人クラブでは、お話ししたり一緒に活動する仲間(会員)を募集しています。

あわら市にお住まいで、おおむね**60歳以上**の方が入会できます。

興味のある方や入会を希望される方は、お住まいの地域(区)の老人クラブ会長、または事務局へお問合せください。

会員になると、いいことがいっぱい!

①地域に新しい仲間ができる!

さまざまな活動に参加し、出会いや交流が生まれます。

②健康の保持・増進になる!

趣味・スポーツ活動、研修会を通して健康増進につながります。

③知識や経験を生かし、新しい能力の発揮ができる!

知識や経験を生かす機会が増え、新しい能力を発見・発揮し、自己実現につながります。

④社会活動への参画と貢献ができる!

ボランティア活動等によってまちづくり、福祉活動に貢献できます。

⑤心の安らぎ、充実感が得られる!

仲間とのコミュニケーションによる孤独感の解消、老人クラブ活動の実践による達成感や満足感が得られます。

のばそう!健康寿命 担おう!地域づくりを
あわら市老人クラブ連合会

**一緒に活動
しませんか**

老人クラブってどんな活動してるの？

～主な活動～

- 公式ワナゲ大会
- グラウンドゴルフ大会
- ゲートボール大会
- 囲碁大会
- フレイル予防活動支援事業
- 指導者研修会
- 老人家庭相談員研修会
- 女性委員研修会・お楽しみ会
- 趣味クラブ活動(カラオケ、民謡、囲碁等)
- 在宅寝たきり老人、同介護者訪問活動
- 友愛活動・老人家庭相談員訪問活動

フレイル予防活動支援事業(健康教室)

自ら生きがいを創造し、より豊かな生活を送るため、研修会や簡単に自宅でできる健康体操教室を開いています。初めての方も気軽にご参加いただけます。

健康づくり活動



活動紹介

女性委員研修会

委員会が中心となり、会員同士が気軽に情報交換しながら交流を図って親睦を深めています。また、日常生活に活用できる知識を学ぶ研修を行っています。

社会貢献

老人クラブでは、地域づくりなどの奉仕活動を行っています。社会に貢献し充実感や達成感を得ることができます。

生きがい活動



奉仕活動



老人クラブは、市老人クラブ連合会の活動だけでなく、**地域の老人クラブ(老人会、寿会等)**で様々な活動を行っています。

連絡先
住 所 あわら市老人クラブ連合会
あわら市市姫2丁目31番6号
電 話 0776-73-2253
F A X 0776-73-4542
メール chiiki@awara-shakyo.or.jp