

これが楽しくか 老人クラブの魅力

老人クラブの活動ではたくさんの方の笑顔が溢れています。

老人クラブの魅力はどんなところにあるのでしょうか。会員の皆さんにその魅力を語ってもらいました。

声掛けし合って つくるつながり



シルバーヘルパー部長
土井 千登枝さん
(杉並台)

シルバーヘルパーとして地域の老人クラブで約15年、声かけ活動を行なっています。一人暮らしの人や、家族がいても昼間一人で過ごす会員さんを対象に、買い物や道で偶然会った時などに挨拶や世間話をしています。

最初はげんそうな顔をするけど、2度、3度と会って、話をするうちに仲良くなります。「元気だったよ」「ちゃんと病院に行ってきたよ」といった声もあれば、「久しぶりね」と逆に声を掛けても

らうこともあり、少しずつ皆さんのつながりができています。

老人クラブの良さは集まりの中で、普段の何気ないことを話したり、つながりを作ったりすることです。ワイワイ、ガヤガヤ楽しく仲良くすごしています。

皆さんもぜひ、地域の老人クラブに一度行ってみたいかがたでしょうか。



▲和気あいあいと小物づくり

入ってみて分かる 出会いとおもしろさ



友愛部部长 福岡 淑子さん (黒石団地・左)
友愛部副部长 高峯 ケイ子さん (東・右)

老人クラブの活動に参加していると、いろいろな出会いがあるんです。普段の生活では会えない人との出会い

はもちろん、参加しないと分からない楽しみとの出会いもあります。

例えば、料理教室や干支の置物づくりでは、一つのテーブルに知らない人同士が集まって、一緒に料理をしたり裁縫をしたりします。始めこそ緊張した面持ちの皆さんですが、同じ作業をするうちに交流が生まれて、自然と打ち解け合います。

料理教室では、同じレシピで作っても、テーブルごとに味が違っていても、個性が出ていて、おもしろいです。

そういったことも、参加してみても分かる楽しみです。「大変そうだな」と思っても老人クラブを敬遠している人がいるかもしれませんが、でも、どんなことも、やってみなければ楽しさは分かりません。

だから皆さんにも、とにかく一度、活動に参加してみたいですね。きっとたくさんの出会いや発見がありますよ。



▲会員が制作した子年の置物

老人クラブのイベント

老人クラブではさまざまなイベントが行なわれています。その一部を紹介します。

グラウンドゴルフ大会・ゲートボール大会

ベストスコアを目指したり、自分のペースでプレーしたり、楽しみ方はそれぞれ。仲間とともにプレーに一喜一憂する声で会場はいつもにぎやかです。



合志支部老連舞踊音楽祭

たくさんの方の観客の前で、カラオケや踊りを披露します。この日のために練習した歌や、ばっちり決まった衣装でステージに立つ人たちに、老人クラブの仲間から声援や拍手が送られます。ことしは108人が参加しました。



カラーリング大会

床の上でできるカラーリング。年齢を問わず手軽に楽しめるニュースポーツです。白熱したゲームの中でチーム一丸となることで参加者同士の交流も深まります。



仲間をつくり楽しめる場所を



市老人クラブ連合会
岩下 哲夫 会長

老人クラブはまず、楽しくないなら意味がない。楽しい場があれば外に出るようになり、健康寿命を延ばすことにもつながると思います。

また、一人ではないと感じられる集いの場でもあります。例えばグラウンドゴルフ大会では、プレーを楽しむだけでなく、お昼はみんなで一緒に弁当を食べて話をする。そうやっているいろいろな人と交流することが醍醐味です。

実際に私もクラブに入ったから地域の人と知り合えました。「老人会に入るのはもっと年をとってから」とか「誘いがなければ入りづらい」と言う話も聞きます。でも、ぜひ積極的に、早いうちから入ってほしいですね。

老人クラブ加入者が対象の 保険があります

全国老人クラブ連合会が取り扱っている保険をご存じですか。

老人クラブ会員限定で、年齢制限なくいつでも加入できる保険です。クラブ活動中以外のけがを補償するものもあります。

支払われる保険金額や、補償の対象となるものなど、詳しくはお尋ねください。

①24時間型

クラブ活動中であるかどうかを問わず、日常生活全般のけがを補償します。

▼年間掛金

3,500円〜10,000円

②活動型

クラブ活動中(往復途上を含む)のけがを補償します。

▼年間掛金

500円〜2,000円

▼問い合わせ先

公益財団法人
全国老人クラブ連合会 保険係
☎03(3597)8770

こうしほちほち元気ポイント でお得に健康に

老人クラブの活動に参加する中で、同じ趣味の仲間も見つかるかもしれま

せん。そんなときに活用できるのが、こうしほちほち元気ポイント。年齢を重ねても生き生きと元気に過ごし、健康になってもらうことを目的に市が実施しています。

趣味活動などで集まっている団体を登録すると、1日の活動で1ポイント付与されます。

貯まったポイントはクラッシュノ・マルシェでの買い物に利用できます。こうしよかとことウオーキングカードとも併用できます。

老人クラブで出会った仲間とともに、趣味活動で楽しくポイントを貯めて、お得に健康になりませんか。

▼問い合わせ先

高齢者支援課 包括支援センター班
☎(248)1126

老人クラブに加入したいと思ったら・・・

老人クラブに加入を希望する人は、お気軽にご連絡ください。まずは地域のクラブをご紹介します。

▼市老人クラブ連合会合志支部
☎248-3311

▼市老人クラブ連合会西合志支部
(老人憩いの家内)
☎242-7005
(毎週木曜 午前9時~正午のみ)