

# 老人クラブに参加して 一緒に活動してみませんか？

楽しい仲間づくり 健康な体づくり 豊かな地域づくり



会長研修会



地域清掃活動

## ☆教養講座事業

各種研修会・講演会  
秋季1泊2日旅行、  
高齢者文化祭

…など

## ☆健康増進事業

グラウンドゴルフ大会、  
ゲートボール大会、  
カーリンコン大会、  
レクリエーション大会、  
健康ウォークラリー

…など



レクリエーション大会

## ☆社会奉仕事業

地域清掃活動、  
寝たきり友愛訪問、  
子ども見守り活動

…など

## ☆サークル活動

茶道、書道、生花、  
手芸、囲碁、将棋、  
フラダンス、民謡、  
いきいき百歳体操、  
カラオケ、コーラス

…など



グラウンドゴルフ大会



新春囲碁大会

豊中市老人クラブ連合会

# 健康 友愛 奉仕

## 人とつながる！ 未来がひろがる！

老人クラブに入会すれば…

- ★いろいろな事業に参加できます
- ★新しい仲間ができます
- ★知識・経験が生かれます
- ★新しい能力が発揮できます
- ★趣味・興味が広がります
- ★健康の保持・増進につながります
- ★心のやすらぎ、充実感が得られます
- ★社会活動への参画と貢献ができます



老人クラブは、地域で活動する自主的な組織として…

- 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こと
- 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むこと
- ③明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めること
- ④地域(ご近所)からの孤立を防ぐこと

※老人クラブに興味・関心をおもちの方は、  
「お近くの老人クラブ」もしくは「事務局」までお問い合わせください。

### 老人クラブに入会しませんか？

「健康・友愛・奉仕」の実現をめざし、「健康づくり、生きがいつくり、仲間づくり」を主な活動内容に掲げ、高齢者福祉の向上に資することを目的に、地域に根ざした活動をしています。

### あなたの入会をお待ちしています！

老人クラブは住み慣れた地域で、親しい仲間と共に生きがいのある毎日を過ごせるよう楽しく語らい、健康づくりの運動、お互いの助け合い活動、趣味や教養学習活動、スポーツ、旅行や世代間交流活動などを行っている身近なグループです。

### 60歳以上の方は加入を推奨します！

「老人クラブ？ まだ早すぎる」と思っている皆さん、地域で仲間と一緒に活動始めるのに早過ぎることはありません。できることから少しずつ、今お持ちの知識や技術を地域のために役立ててみませんか？ おおむね60歳以上の方ならどなたでも入会できます。

を目的としています。



豊中市老人クラブ連合会 事務局

〒560-0023 豊中市岡上の町 2-1-15 豊中市すこやかプラザ2階

TEL. 06-6841-7335

<http://www.toyonaka-shirouren.jimdo.com>