

●単位クラブの主な活動●

健康づくり

仲間と一緒に続けられる

心身機能の衰えを防ぐためには、健康の保持・増進も必要な知識を学び日々の生活で実践。
体操・ウォーキング・シニアスポーツ
体力測定・健康学習

助け合える仲間がいる

支え合いづくり

住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けたい。そんな願いを相互の助け合いで支える活動を「友愛活動」と呼んでいます。孤立や閉じこもりを防ぐ集いの場づくり、見守りや声かけ、日常生活での困りごとの手助け。同世代同士だからこそわかり合える思いが活動に生かされています。

生きがいづくり

楽しむうちに意欲がわく

やってみたいことを仲間と提案し、なんでも挑戦してみます！スマホ・料理・俳句・ダンス・手話・散策等無限です。教わったり教えたり同じ趣味をもつ仲間と過ごす時間は日々の暮らしを豊かにしてくれます。

自分が役に立っている実感

地域づくり

清掃や花の手入れといった環境美化。
昔遊びや伝統行事を通じた世代間交流。
通学路での見守り。誰もが暮らしやすい
地域づくりを目指しています。

楽しむ、つながる、支え合う 私たちの居場所、老人クラブ

●連合会の年間主要事業●

事業名	
文化教室	ことぶき大学講座
シニア大学	福祉大会
シニアスポーツ研修会	歴史散策
カラオケ大会	作品展
グラウンド・ゴルフ大会	ペタンク大会
レクリエーション大会	ノルディックウォーク
健康づくり・介護予防講座	親睦旅行
囲碁・将棋大会	映写会

保土ヶ谷区老人クラブ連合会は、昭和38年（1963）当初11クラブで発足しました。以降「高齢期の幸せを高齢者自身の手で創り出す」その思いは引き継がれ、60周年を迎える現在100余りのクラブを擁するまでに成長しました。各クラブでは多彩な活動を展開しています。ともに楽しみ、支え合い、喜びを分かち合う仲間がいる場所、それが老人クラブです。お住まいの地域の老人クラブをご案内します。クラブの新設も歓迎致します。

クラブの問い合わせ先

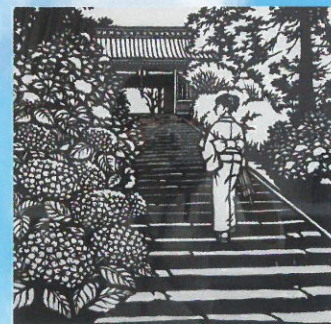
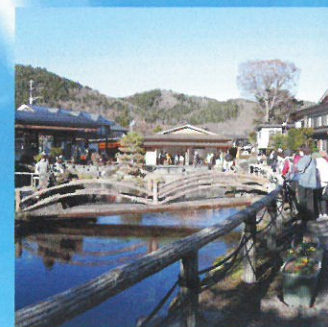
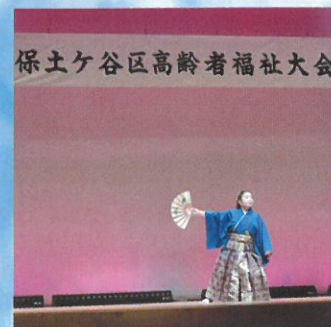
かがやきクラブ保土ヶ谷

TEL/FAX：331-3322

MAIL：hodogaya-kurouren@ray.ocn.ne.jp

生きがいを見つけ、より豊かな人生を

かがやきクラブ保土ヶ谷



保土ヶ谷区老人クラブ連合会

楽しい仲間が待っています

歴史散策



カラオケ大会



作品展



グラウンド
ゴルフ大会



文化教室

保土ヶ谷区高齢者福祉大会



福祉大会

シニア大学



ペタンク大会



レクリエーション大会



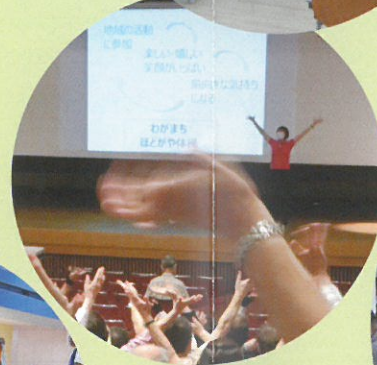
囲碁・将棋大会



ノルディックウォーク



各種講演会



シニアスポーツ研修会

