

老人クラブの活動は健康長寿の秘訣

- ◎ 老人クラブは、つどいの場です
- ◎ 老人クラブでは、仲間と一緒にスポーツや体操をします
- ◎ 老人クラブは、笑いの場です
- ◎ 老人クラブは、社会活動の担い手です
- ◎ 老人クラブは、心の安らぎの場です

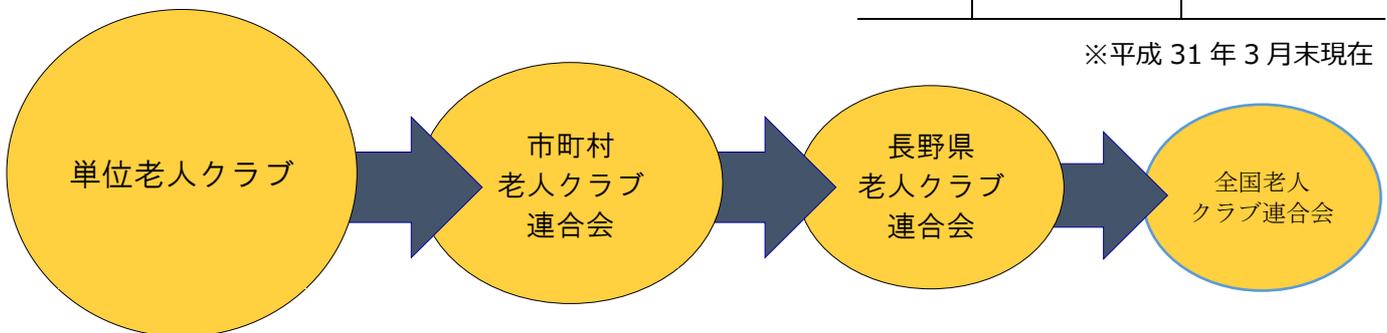


組織 老人クラブは地域を基盤とする高齢者の自主組織

クラブ数・会員数

全国	98,592 クラブ	5,488,258 人
長野県	1,288 クラブ	73,355 人

※平成 31 年 3 月末現在



クラブの運営

会員本位の自主的かつ民主的な運営を行っています。このため、会則や内規を定めるなど運営方法を明確にしています。

また、各世代や男性会員・女性会員の意見を十分踏まえて、何時でも、はつらつとした、明るいクラブ運営を心掛けています。

老人クラブの活動

① 生活を豊かにする楽しい活動

- 健康づくり、シニアスポーツ⇒ ウォーキング、マレットゴルフ、グラウンドゴルフ、健康体操など
- 趣味・文化、レクリエーション⇒ 趣味、文化、レクリエーションなどのサークル活動、旅行など
- 学習活動、リーダー研修⇒ 各種学習講座の開催、クラブ活動のリーダー研修の開催など



② 地域を豊かにする社会活動

- 友愛活動（声かけ・訪問）、ボランティア活動、社会奉仕の日、伝承活動、世代間交流、子どもの見守り活動、環境美化・リサイクルなど