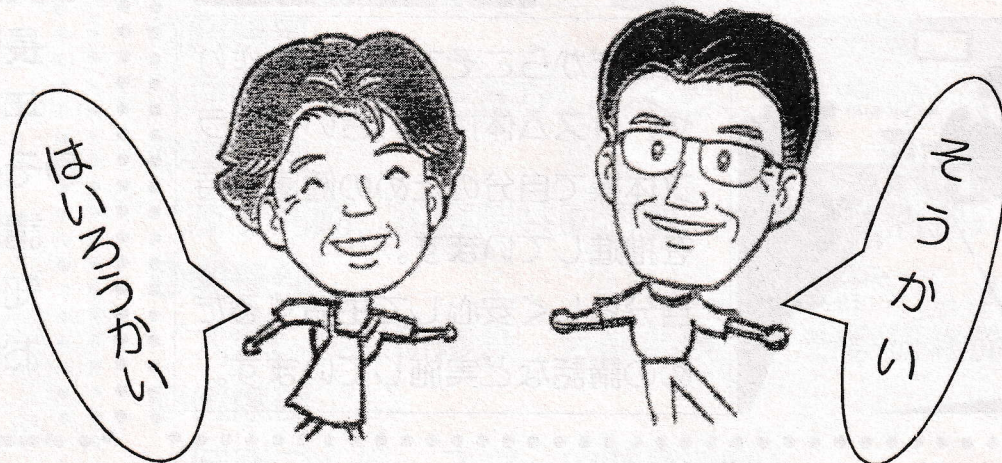


老人クラブにはいろいろかい

老人クラブ入会のお誘い

みんな仲間だ輪をつくらう

明るく生きよう人生を



長野市老人クラブ連合会

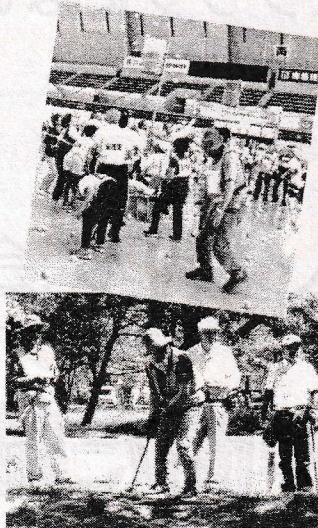
健康づくり

- ◎健康フェスティバル
エムウエーブでミニ運動会 (1,400人参加)
- ◎マレットゴルフ大会
- ◎スマイルボウリング大会
- ◎囲碁ボール練習会

スポーツ用具無料貸出

- ・スマイルボウリング
- ・グラウンドゴルフ
- ・ペタンク (室内用・室外用)
- ・ワナゲ
- ・囲碁ボール

☆随時貸し出ししています!



長野市老人

・各種表彰式

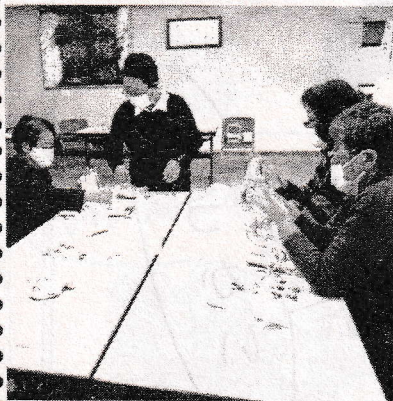


芸

各地区
作品展

女性部の活動

- ◎リーダー研修会
- ◎実技講習会
- ◎交流研修会



★女性だからこそできる小物作りや、リズム体操・いきいきクラブ体操で自分のための健康保持を推進しています。
★自分らしく安心して生活するための講話など実施しています。

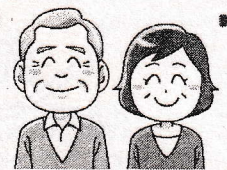


情報

- ◎長野市老連新聞「長野市老連だより」年数回発行
- ◎その他各種情報の講演・芸能情報など知りたいことお問合せください

有志の会

- いちこいちえゆうゆうかい
・一期一会悠遊会 (折り紙・手芸・料理他)
- やすぎぶし
・安来節の会 (民舞踊)
- ごらくかい
・碁楽会 (囲碁)
- マレットゴルフけんぎゅうかい
・M G 健球会 (マレットゴルフ)



かのん

- ・コーラル歌音 (童謡・唱歌)
- ・折り紙の会 (折り紙)

ブ連合会の活動

090-2620-3520)

各種研修会

クラブ大会

- ・講演会



老人クラブ活動の
さらなる発展と
高齢者福祉の
向上をめざし
開催しています

- ・指導者研修会
- ・友愛活動研修会
- ・シニアセーフティ研修会



- ・災害時共助活動研修会
- ・視察研修
- ・介護予防
- ・認知症予防

芸能発表会

踊り、踊り、カラオケ、
発表など



慶賀祝



- ・ダイヤモンド婚
- ・金婚
- ・白寿
- ・米寿



各種お祝いです。
地区・単位老人クラブで
実施しています。

各専門部の活動

「ふれあい便り」
「いずみ」

提供
ど、



- ◎総務部
(仲間づくり、生きがいづくり、有志活動)
- ◎事業部
(友愛活動、災害時共助活動、社会奉仕活動)
- ◎教養部
(大会、役員研修会、芸能発表会、視察研修旅行)
- ◎健康部
(健康づくり、スポーツ普及活動)



・懐かしの歌)

「健康・友愛・奉仕」の
全国三大運動目標実現のため、
それぞれ部会を開催し、
市老連の事業を運営しています。



理事会で承認されて実施しています。

単位老人クラブの活動例

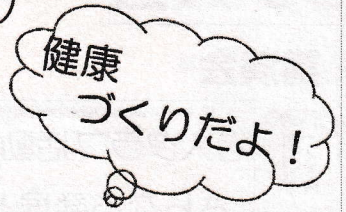
趣味の発表

- ◎ダンス
- ◎演奏
- ◎カラオケ
- ◎手芸
- ◎舞踊
- ◎マジック
- ◎囲碁、将棋
- ◎健康マージャン
- ◎絵手紙



スポーツ

- ◎スマイルボウリング
- ◎グラウンドゴルフ
- ◎ゲートボール
- ◎マレットゴルフ
- ◎ペタンク
- ◎ワナゲ
- ◎ウォーキング
- ◎吹き矢
- ◎スティックカーリング
- ◎各種ニュースポーツ



例会

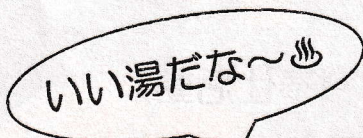


- ◎お楽しみ会
- ◎研修会
- ◎講習会
- ◎お誕生会
- ◎情報伝達
- ◎交通安全出前講座
- ◎健康出前講座
- ◎歯科出前講座



研修旅行

- ◎見学
- ◎親睦



社会貢献活動

- ◎道路・公園の草取り等
- ◎公共施設の清掃美化
- ◎子ども見守りパトロール
- ◎花いっぱい運動
- ◎花壇づくり



友愛訪問

- ◎ひとり暮らし高齢者への訪問
- ◎施設への訪問ボランティア
- ◎話し相手
- ◎買い物手伝い



世代間交流

- ◎文化伝承活動
- ◎しめ縄づくり
- ◎どんど焼き
- ◎ラジオ体操
- ◎スポーツで交流



あなたも老人クラブに入りませんか。入りましょう。

老人クラブへ入会のお誘い

健康、友愛、社会貢献、サークル活動で
心も体もいきいきと、あなたの地域で
支え合う仲間づくりをしています。



- ◇ おおむね 60 歳からだれでも入会できます。
- ◇ 地域の単位老人クラブ会長へ直接お申込ください。

-----切り取り線-----

老人クラブ入会申込書

令和 年 月 日

_____ 会長様

令和 年 月 日より貴老人クラブに入会いたします。

ふりがな 氏 名				性別	男 ・ 女	
生年月日	大正 昭和	年	月	日生	年齢	歳
結婚年月日	昭和 年 月 日 (ご夫婦でご入会の方)					
住 所	〒					
電話番号						