

たとえば、
こんなことをしています



コーヒーの美味しい
入れ方を研究



筋トレ教室で健康増進



まだまだあります！
次ページへどうぞ

入会方法

以下の欄に必要事項をご記入いただき、地域の単位老人クラブに直接お申し込みください。

申し込み先が分からない場合は、「お問い合わせ先」にご連絡ください。

ふりがな		年 齢
氏 名		
電話番号	()	—
住 所	〒 —	
お問い合わせ先		

群馬県老人クラブ連合会

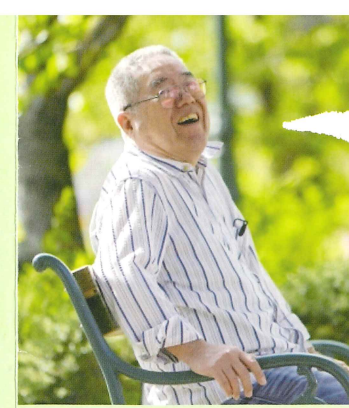
〒371-0843

群馬県前橋市新前橋町13-12

群馬県社会福祉総合センター内

TEL 027-255-6566

FAX 027-255-6810



長年の仕事をついに卒業！
さて、
これからは
何をして
過ごそうか？

家のことも
一段落。
ご近所の
みんなと何か
始めてみよう
かしら



そんな気持ちをお持ちのみなさま！

老人クラブに
参加して
みませんか？

ご存知ですか？

老人クラブ



老人クラブは、高齢になっても、住み慣れた地域の仲間と共に**生きがいのある毎日**を過ごせるよう活動する、自主的な組織です。

活動内容は、**健康づくりのため**のスポーツ活動や清掃等のボランティア、仲間が集まって楽しむ**趣味の活動**など。それぞれの老人クラブで、多彩な活動をしています。

町内会のように「**町**」単位で設立されていることが多く、クラブに参加することで、**地域の知り合いも増やせます**。

「定年退職したので、地域に出て地元の友達が欲しいな」

「家のことがすっかり落ち着いたし、近所の友達と一緒に何かしたいな」

そんな時は、**老人クラブにぜひご参加ください！**

※地域により「長寿会」や「老人会」等、名称は様々です。

清掃活動



老人クラブ活動例

取るべき栄養の勉強もできちゃう♪

自分の地域がキレイになるのは気持ちいいなあ

料理教室



見守りサポーター養成研修会 藤寿クラブ 交通安全部

地域の仲間を詐欺から守るぞ！



これで、自宅の庭先を華やかにできるかな？

寄せ植え教室



見守りサポーター

ウォーキング交流会



健康寿命を延ばす気持ちでずんずん歩いてます♪