クラブ活動のヒント

～ 会員アンケート調査から ～

クラブ加入のきっかけは？

- 半数以上(56.4%)は、「勧誘」がきっかけ。
- 60歳代では「クラブ勧誘」が高く、加齢とともに「友人・知人からの勧誘」が多くなる傾向。

活動の中で最も楽しい活動は？

- 「運動・スポーツ」と「集い・交流・親睦」で6割。「旅行」「趣味」を加えたジャンルに集約。
- 男性は「健康」、「交流」の順、女性は「健康」と「交流」がほぼ同数。若干の男女の違いあり。

加入して最も良かったことは？

- 友人、仲間、知り合いができ、一緒に交流や活動ができることが「良かった」と感じている。
- 特に加入年数の短い人は「知り合いができた」「近所・地域とのつながりができた」と感じている。

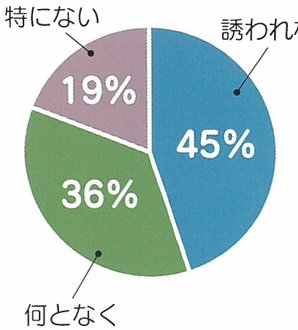
一緒に活動しませんか？

- 現在の老人クラブは、地域でのつながりを通じて、仲間づくり(孤立防止)に役立っています。
- これからは、「支え合う関係」「頼り、頼られる関係」を目指し、高齢者の生活不安解消の一助になると期待されています。

全国の老人クラブの課題

高齢者人口が増加しているが、全国傾向と同様、単位クラブ数及び会員数は、平成10年度以降漸減しています。会員数が減っている、だからこそ老人クラブの意味をもう一度抑え、地域の状況に応じた活動をしましょう。

《老人クラブに入らない理由》



老人クラブの活動をPRしましょう!!

老人クラブの良さや必要性を会員が共通認識を持って、未加入対象者に伝えていくことが、会員の加入促進に繋がる。

中川晴夫氏(元・日本福祉大学教授)調査による

老人クラブ会員章

「創造・連帯のシンボル」

期間限定販売
2019年～2022年

タック式

(タック式)
1,000円
※従来型もあります

末広鶴と日の丸

鶴(高齢者)が、両翼を扇(末広)状に広げて、日章(日本)を担っている図。すなわち高齢者の歩みは、わが国を守り、家庭生活を支えてきたものであることを表す。なお、両翼の張り出しは、高齢者の衰えぬ活動意欲を象徴する。

公益財団法人　大分県老人クラブ連合会

〒870-0907　大分市大津町2丁目1番41号 大分県総合社会福祉会館内
TEL 097-552-0502　FAX 097-558-5349
ホームページ　http://oita-kenrouren.jp

(平成31年3月)

一緒にやっちみらん？

あなたの入会を待っています！

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

- **健康づくり** 健康寿命を伸ばす
- **仲間づくり** 同世代の連携 支え合い
- **生きがいづくり** 生活の充実
- **地域づくり** 社会貢献

健康寿命

- 健康寿命をのばし、自立した生活、生きがいある生活の実現を目指します。
- 仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組みます。

地域づくり

- 他世代や関係団体と連携し、安全・安心の住みよい地域づくりを目指します。
- 元気高齢者の知識・経験・活力を活かす場づくり・機会づくりを広げます。

市町村老人クラブ連合会　公益財団法人 大分県老人クラブ連合会

あなたの経験と知恵を
みんなのために・地域のために活かしてみませんか！

概ね60歳以上の方の自主的な組織として

仲間づくりを通して「生活を豊かにする楽しい活動」
知識や経験を活かして「地域を豊かにする社会活動」

に取り組み明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めています。

- 自主性・地域性 ‥‥徒歩で集まる小地域（概ね自治会単位）
- 多様な活動
  - 全体活動‥‥定例会、健康学習、旅行、奉仕活動、体力測定など
  - 小グループ活動‥‥グラウンド・ゴルフ等軽スポーツ、趣味、ボランティアなど
  - 地域団体との共同活動‥‥防犯、子ども達の登下校見守り、交通事故防止、美化活動など
- 民主的な運営 ‥‥高年や若手会員、女性・男性会員の均衡に配慮した役員構成と運営

組織

単位老人クラブ ➡ 支部・地区・校区老人クラブ連合会 ➡ 市町村・郡老人クラブ連合会 ➡ 大分県老人クラブ連合会 ➡ 全国老人クラブ連合会

※単位クラブ相互の連絡調整と広域的共同事業を実施するため、「連合会」を組織しています。

運営

- 会則や内規…自主的かつ民主的な運営を行っています。
- 役員の構成…会長・副会長・会計・部会長など（一般的な例です。）
- 会　　費…各クラブで異なります。

老人クラブ活動の全体像

会員が話し合って、地域の特性に応じて、多種多様な活動をしています。このように大別され、バランスの取れた活動をしています。

生活を豊かにする楽しい活動

趣味 文化レクリエーション
趣味・文化・芸能などのサークル活動、旅行など

健康づくりシニア・スポーツ
ねたきりゼロ運動、健康学習
クラブ体操、ウォーキング
各種シニア・スポーツなど

学習活動リーダー研修
各種学習講座の開催、老人クラブ活動のリーダー研修の開催など

地域を豊かにする社会活動

作業・生産・環境美化・リサイクル
農作物や花の栽培、植林
手工芸品の製作・公園や公共施設の環境整備や運営管理、リサイクルなど

友愛訪問
ボランティア活動
社会奉仕の日
在宅福祉を支える友愛活動、地域のボランティア活動
社会奉仕の日の活動など

提言・提案
生活調査・点検（モニター）活動
関係機関への提案など

伝承活動 世代交流
地域の文化・伝統芸能・民芸・手工芸・郷土史・生活記録等の伝承活動、子どもや青壮年などとの交流活動など

老人クラブの歴史

老人クラブの起源は、長寿を祝う平安時代の「尚歯会（しょうしのえ、しょうしかい）」、さらには仏教伝来とともに日本に伝わったとされる相互扶助組織「講」にまでさかのぼります。

その後、明治26年博多高砂会（福岡県福岡市）、明治40年楽寿老人会（京都府亀岡市）、大正14年上田地区老人会（熊本県小国町）が設立され、現在の老人クラブの基礎が築かれました。

戦後荒廃した社会において"老後の幸せは自らの手で開こう"とする先覚者たちが、老後に不安を感じている老友や、老後の問題に関心を寄せる人々に呼びかけ、全国各地で次々に老人クラブを結成していきました。

老人クラブの魅力

地域に新しい仲間ができる

- 地域の同世代と仲間作りができる。
- 地域の各世代との交流ができて、多くの親しい関係が生まれる。
- クラブ活動と交流によって、社会性が保持され連帯感が深まる。

健康の保持・増進になる

- クラブ活動に参加すれば、閉じこもりの防止、健康の保持・増進につながる。
- ねたきりゼロ運動やいきいきクラブ体操、健康ウォーキング、各種のシニア・スポーツなどへの参加を通して、健康の保持・増進になる。
- 友愛活動や社会奉仕の日の活動を通して、精神的な充実感、こころと身体の健康が実現する。

知識や経験を活かし、新しい能力の発揮ができる

- これまでの生活や仕事、趣味などの知識や経験を活かす機会が増える。
- クラブ活動への参加を通して、新しい学習や能力を活かす機会が増え、自己実現につながる。
- 地域の伝承文化を世代交流などにより若い人達に伝えることができる。

社会活動への参加と貢献ができる

- 「花のあるまち、ゴミのないまち」運動やリサイクル運動などを通して、地域環境の保全や美化、緑化など、住みよい環境づくりに参加・貢献できる。
- 「在宅福祉を支える友愛活動」やその他のボランティア活動などへの参加を通して、地域福祉の担い手として一翼を担うと同時に、地域の福祉と保健・医療サービスの充実についても働きかけるなど推進役となる。
- クラブ活動を通して「まちづくり計画」などへ参加し、高齢者の立場から豊かな地域づくりへの提言ができる。

心のやすらぎ、充実感が得られる

- 地域に多くの仲間ができることで、孤独感がなくなり、心の安らぎが得られる。
- 仲間との交流は、日常生活に必要な情報交換に役立ち、また心配ごとや悩みごとの相談もできます。
- クラブ活動を企画し実践するなかで、達成感や満足感、あるいは実践の評価に伴う充実感、感謝の気持ちなど、多くの精神的な喜びを味わことができる。