

いきいきクラブ に参加しませんか？

今月の
イチ面



高齢介護課 ☎775-5124 ・ ☎776-8872

いきいきクラブって？

いきいきクラブは、おおむね60歳以上の方が入会できます。事務区を単位に86のクラブがあり、会員は約5,200人です。スポーツ・文化・趣味・ボランティア活動などを通して、新しい仲間づくりや生きがいづくりができます。また、子どもたちとの交流などの機会もあり、生活の幅が広がります。

いきいきクラブに入るにはどうすればいいですか？

入会の申し込みや各クラブの情報など、詳しくは各地区のいきいきクラブまたは高齢介護課へ問い合わせてください。市ホームページにいきいきクラブについての情報や、『いきいき連だより』も掲載していますので、併せてご覧ください。

～主な活動・目的～

■健康の維持・増進

スポーツ大会(グラウンドゴルフ、ペタンク、ゲートボール他)や健康体操などに参加して、健康の維持・増進を図ることができます。各スポーツ大会では、地区や事務区を超えた会員同士の交流・つながりができます。これからスポーツを始めようという人や、見学だけの人も大歓迎です。各大会の上位者は、県主催の彩の国プラチナフェスティバル「シルバースポーツ大会」に参加できます。



いきいきクラブ連合会
グラウンドゴルフ大会

■自己能力の活用

芸能大会(民謡、合唱、フラダンス、レクダンス)、創作展示会(手芸、工芸、書、洋画、日本画他)、手芸教室やカラオケなどを通して、これまでの生活、仕事、趣味などの知識や経験を生かす機会が増え、自己能力の活用につながります。創作展示会で選抜された作品は、県老人クラブ連合会主催の南部地区趣味の作品展示会に出品されます。



いきいきクラブ連合会芸能大会

■社会活動への参画・貢献

施設訪問、募金活動、子どもの防犯パトロールなどのボランティア活動を通して社会参画・貢献ができます。また9月20日は、老人クラブ全国一斉社会奉仕の日と定められていて、20日前後に近所の公園や境内の掃除を行っています。



JR上尾駅改札口前で行った
赤い羽根街頭募金のボランティア

■心の安らぎ・充実感

仲間ができ、孤独感や閉じこもりがなくなり、心の安らぎと充実感を得ることができます。また情報交換の場ができ、介護や健康などの悩み事や心配事の解決につながります。



いきいきクラブ連合会手芸教室