3 団結 Organize

生きがい・健康・地域を仲間とつくる老人クラブ

1／長内地区での体力測定。自分の体力を確認し、これからの元気な体づくりにつなげます
2／侍浜地区での料理教室では、男性も一緒にそば打ち。講師も受講者も熱が入ります
3／夏井地区での趣味創作のほうき作り。匠の技が光ります
4／高齢者講座白樺大学の開校式。タオルを使った健康体操で体をほぐします
5／県シルバースポーツ大会で快走を見せる市代表選手。個人・団体とも各種目で入賞するなど素晴らしい活躍を見せてくれました
6・7／山根地区（上）と小久慈地区（下）で行われた世代間交流。小正月行事の説明やミズキ団子作りで交流を深めました

活動で地域を豊かに

老人クラブは仲間づくりを通して生きがいと健康づくり、生活を豊かにする活動を行うほか、知識や経験を生かして地域を豊かにする社会貢献活動に取り組んでいます。おおむね60歳以上の人が対象で全国に約11万クラブ・718万人の会員がいます。市内では71クラブ・約2400人が加入。生きがいづくりや地域の見守りなど、それぞれの地域ごとに多種多様な活動を行っています。

近年、若年世代の加入が少なく減少傾向にあった会員数が今年度になって増加。そこには会員3千人を目標に掲げ「1クラブ3人の新規会員」を合言葉に、会員確保の対策としてさまざまな活動メニューを検討・実施している市老人クラブ連合会と各老人クラブの努力がありました。今後、さらなる会員の増加が期待されます。

エイジレス・ライフ

日本の高齢化は世界に類のない早さで進んでいます。国の将来推計人口によると平成27年には4人に1人が高齢者になると予測されています。その中で全ての高齢者がいつまでも生きがいを持って活動できる社会づくり。そして自分の責任と能力に応じて自由で生き生きとした生活を送ること（エイジレス・ライフ）が求められています。

老人クラブや木藤古さんなど、60歳を超えてさらに生き生きと精力的に活動する姿はまさにエイジレス・ライフそのもの。そんなキラリと輝く「シルバースター」は今回紹介した以外にもまだまだたくさんいます。これからも元気に輝き続けるシルバーの皆さんを応援しましょう。

若手の加入と行事づくりを―

元木沢喜楽会（老人クラブ）
戸崎 健次郎 会長

クラブでは会員の意見を聞きながら児童の見守り、地区内の草取り、花壇の植栽などの社会奉仕などを行っています。

昨年は幅広い年代から加入いただき、会員は9人増の62人。会員を確保するため、東北六魂祭の見学やパークゴルフなど若い世代も興味を持てるようなメニューを実施しています。また、地元の他団体や町内会と連携して活動しながら非会員への老人クラブのPRも行っています。

今後の目標は若手会員の加入促進と全ての会員が参加したくなる行事づくりです。

魅力的な活動で若手世代を増やしたい

市老人クラブ連合会
村田 東助 会長

市老人クラブ連合会と地区老人クラブ71団体は、地域づくりの一環としてさまざまな事業に取り組んでいますが、活動内容を知らない人が多いと思います。趣味創作や健康づくり以外に児童の見守りや世代間交流などの社会奉仕活動も行っていることを市民に理解いただくことと、地域の高齢者のつながりを作るために「久慈市老連だより」を年1回発行し、市内の全世帯に配布しています。

クラブの会員数はこれまで微減の状態が続いていました。震災の影響で解散や活動休止になったクラブもありましたが、そのような中で再び結成するための準備も始まっています。現在、会員の加入促進対策として各クラブ3人増を目標にチラシ配布や広報活動などの取り組みを進めていますが、地道な努力により今年度になって僅かですが増加しました。

会員の確保に合わせて、クラブ活動の質も上げていきたいです。みんなが自分たちでやりたい！と思う魅力的な活動を考え、自由に動ける若いうちに加入してほしいと思います。

全世帯に配布されている「久慈市老連だより」。活動を紹介しながら新規加入を呼びかけます。

老人クラブ会員募集中！

問市老人クラブ連合会事務局
☎53－3380

各地区の老人クラブでは新規会員を募集しています。仲間と誘い合って「生きがいづくり・健康づくり・地域づくり」を始めませんか？