

老人クラブ活動へのお誘い

元気の秘訣は地域の仲間!

老人クラブは、各地域において結成されている高齢者の組織で、生活を豊かにする楽しい活動や地域を豊かにする社会活動等に取り組んでいます。

生きがいづくり



- 趣味や文化などのサークル
- 出前講座等を活用した勉強会

老人クラブ活動に
参加して地域の皆さんと
交流してみませんか!!

仲間づくり



- 親睦旅行や誕生会、サロン活動
- 一人暮らし高齢者に対する友愛訪問

健康づくり



- 輪投げ、ペタンク、グラウンドゴルフ
- 歩け歩け運動
- リズム体操

地域づくり



- 地域内の公園や道路などの清掃美化
- 小学生の登下校の見守り



クラブ名

会長名

連絡先

● 入会申込書 ●

平成 年 月 日

ふりがな		年 齢	性 別	男・女
氏 名				
住 所	〒 宇都宮市	T E L	()	

生きがい
づくり



作品展



研修会の様子。
ためになる
実習もあります！



研修会



サークル



大作・力作
ぞろいの
展示会・発表会は
毎年大盛況
です！



イベント

楽しみいっぱい！
やりがいいっぱい！

老人クラブ 主な活動



地域の様々な
イベントに
参加・出展しています。

健康づくり



輪投げ



歩け歩け運動

ペタンク・輪投げ・
グラウンドゴルフは
大会も開催！



地域内
清掃



ペタンク



グラウンドゴルフ



清掃活動の様子。
地域のために
がんばります！

地域づくり

入会にあたってのメッセージ

Four horizontal dashed lines for writing a message.