

明るく 楽しく 健やかに 地域の仲間と生きがいをづくり!

老人クラブは、地域での仲間づくりを通して、健康づくり、生きがいをづくり、地域づくりを進める幅広い活動を行っています。ともに楽しみ、支え合い、喜びを分かち合う仲間がいる場所、老人クラブ活動を皆さんも一緒にはじめませんか。

認知症予防

認知症の大幅増加が予測されています。老人クラブ活動が認知症の予防につながります!

いろいろな人に出会い、おしゃべりしたり、いっしょに出かけたりするだけで、記憶力や注意力、計画力などが大いに鍛えられます。地域の人たちと積極的に交流し、いつまでも若々しい脳を保ちましょう。



第42回広島市老人福祉大会

老人福祉大会 芸能発表

老人クラブに 加入しませんか?



体操教室

高齢者いきいき活動ポイント

増加のチャンス!

広島市では、市内在住の65歳以上の高齢者が、自らの健康づくりや地域支援のために行う活動(いきいき活動)の実績に基づき付与されるポイント数に応じて、奨励金を支給する事業「高齢者いきいき活動ポイント事業」を実施しています。(例:老人クラブの運営活動(役員会議など)、老人クラブ会員としての友愛活動、スポーツ活動、文化活動、町内清掃活動など)
老人クラブの様々な活動に参加すると、活動ポイントの増加する機会が増えます。



裏面もご覧ください。

老人クラブ 会員募集中



三世代交流
(あやとり)

仲間づくり

老人クラブは、地域の同年代の人々が集まる場です。新しい出会いを通じて仲間づくりができます。地域社会とのつながりを深め、健康で豊かな生活を送るための大切な場所となります。

生きがいづくり

趣味やレクリエーション、社会活動を通じて、新しいことに挑戦したり、知識や経験を活かしたりすることで、生きがいを見つけ、日々の暮らしが豊かなものになります。



旅行や研修会

健康づくり

健康教室やスポーツ、レクリエーション（囲碁、カラオケなど）に参加することで、体を動かし、頭を使う機会が増え、認知症予防や健康維持につながります。一人ではできないことも仲間がいれば続けられます。



平和記念公園一斉清掃

社会奉仕活動

ボランティア活動（美化活動、パトロールなど）や友愛活動（高齢者同士が支え合う活動）に参加することで、地域社会に貢献し、自らの活力を生かせる場にもなります。



グラウンド・ゴルフ大会



パタンク大会

(公財) 広島市老人クラブ連合会事務局

☎082-207-3850

入会等のお問い合わせは…お住いの地域の老人クラブまたは、下記までご連絡ください。

中区老人クラブ連合会 082-246-2550

・東区老人クラブ連合会 082-567-7607

南区老人クラブ連合会 082-284-4331

・西区シニアクラブ連合会 082-233-2929

安佐南区いきいきクラブ連合会 082-876-3877

・安佐北区老人クラブ連合会 082-814-0396

安芸区老人クラブ連合会 082-888-6810

・佐伯区シニアクラブ連合会 082-943-3357