

高齢者クラブで 仲間と生きがい づくり！



都城市高齢者クラブ連合会では、同世代の仲間が集い、生きがいづくりや健康づくりなどの活動や、環境美化や交通事故・詐欺被害の防止などに取り組んでいます。

今回は、高齢者クラブの活動などを紹介します。 ◎問い合わせ 福祉課 ☎23-3102

高齢者クラブって？

高齢者クラブは、住み慣れた地域を基盤とする自主的な組織です。家に引きこもりがちな高齢者の孤独を無くし、地域内の仲間同士が、生きがいと健康づくりに努め、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、これまで培った知識や経験を生かし、自治公民館などと共同して地域を豊かにする社会活動を行っています。

高齢者クラブの活動

クラブでは、スポーツ活動や文化活動をはじめ、社会奉仕作業など、会員が主体的に活動を行っています。

●生活を豊かにする活動

グラウンドゴルフやスカットボールなどのシニア・スポーツをはじめ、趣味や文化、芸能などのサークル活動、研修会など、日々の暮らしを豊かにする活動を行っています。

●地域を豊かにする活動

会員の知識や経験を生かしたボランティア活動や環境美化・リサイクル活動、文化伝承や世代間の交流活動、子どもの見守り活動など、地域を豊かにする活動を行っています。

活動の基本は単位クラブ

高齢者クラブの会員は、自治公民館ごとに組織された「単位クラブ」で活動しています。

市内では現在、98の単位クラブに約3、200人の会員が在籍。交流を深めながら楽しく活動しています。



会員を募集しています

おおむね60歳以上の人を対象に会員を募集しています。活動に参加できない人でも会員になることができます。健康づくりやサークル活動、世代間交流などを通して、地域の皆さんと生きがいづくりをしてみませんか。

●入会申し込み

都城市高齢者クラブ連合会
(総合福祉会館内) ☎24-9700

インタビュー



野村 和代さん
(上長飯町)

横のつながりを大切に 地域の課題解決を

私が所属する小鷹高齢者クラブには、現在37人の会員がいます。こけないからだづくり講座や趣味の教室、勉強会などを行う「集いの場」をみんな楽しみにしていて、いつも笑顔があふれています。

また、このクラブでは、市の生活支援体制整備事業(地域全体で高

齢者の生活を支える体制づくり)と連携し、地域の高齢者が抱える課題解決にも取り組んでいます。公民館の回覧でアンケート調査を行い、課題を抽出。市や社会福祉協議会、地域の各種団体なども含めた話し合いを重ね、昨年有償ボランティア「小鷹お助け隊」を発足しました。現在、困っている一人暮らしの高齢者宅の掃除や草取りなど“ちょっとしたお手伝い”や見守り活動に関わっています。

コロナ禍で思うように活動できない部分もありますが、地区の高齢者クラブ連絡協議会会長に就任したことを機に、この取り組みを他の地域にも広げていきたいです。