

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

シニアクラブとは、おおむね60歳以上の人が集まり、仲間づくりや健康づくりを通して生活を豊かにする、楽しい活動を行う自主的な組織です。現在、全国各地に9万2千クラブあり、498万人の会員が活動を行っています。今回は、市内で活動するシニアクラブの活動の一例を紹介いたします。

問い合わせ 市シニアクラブ連合会事務局 ☎72・6565



①グランドゴルフ大会で体操する参加者②③④福祉施設慰問にて合唱などを披露⑤神社の清掃活動に励むシニアクラブ会員

市シニアクラブの活動紹介

市内には、市のシニアクラブ連合会を中心に、下の図の通り、行政区を単位とする38の単位クラブがあり、令和2年度時点で1826人の会員が、お互いに親交を深めながら、地域ごとにさまざまな活動に取り組んでいます。

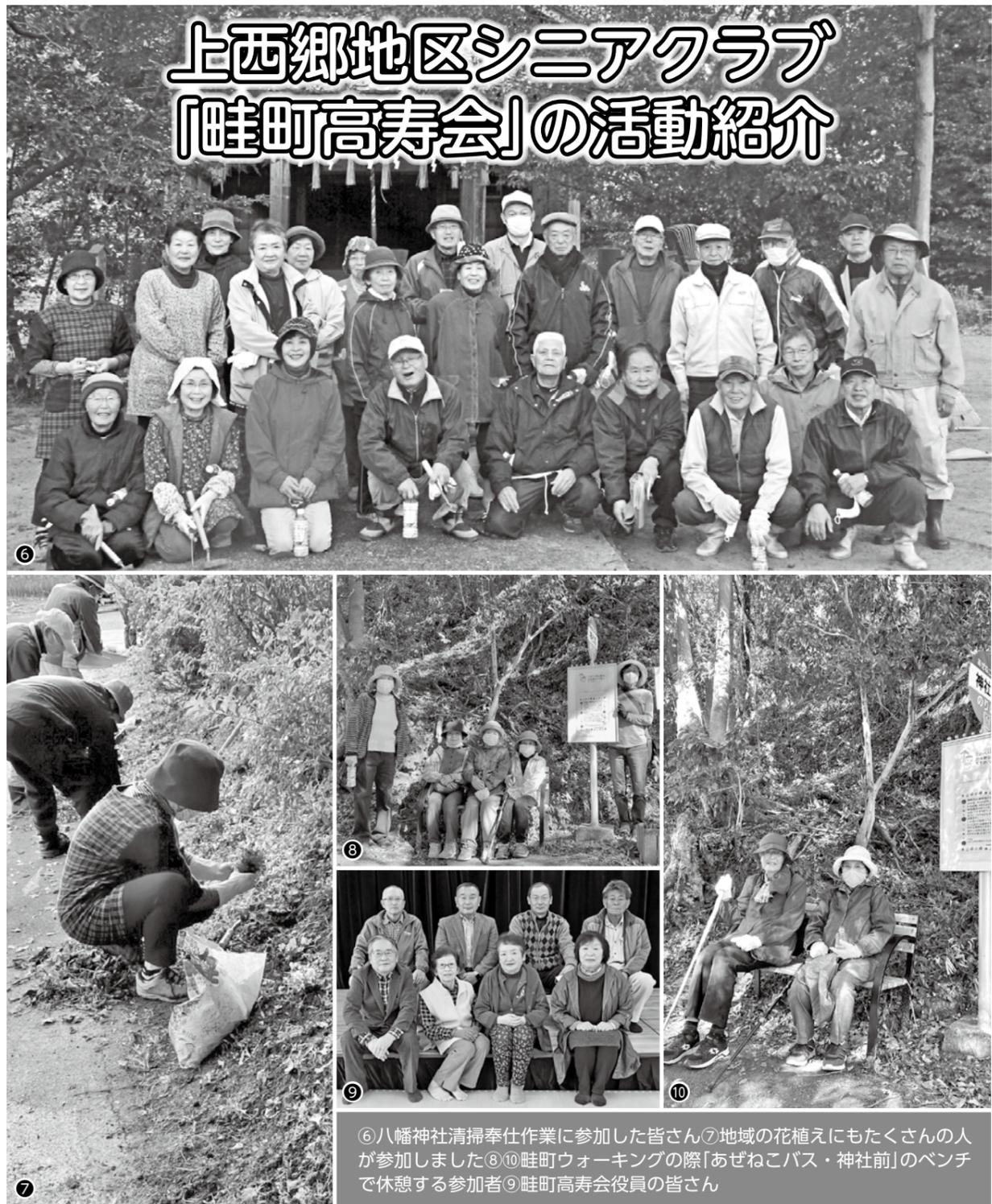
健康づくり
健康教室やグランドゴルフなどで健康づくりに努めています。

安心・安全なまちづくり
子どもの登下校の見守りやパトロールなどを実施しています。

友愛ボランティア
福祉施設の慰問、地域の清掃活動、集いの場をつくってひとり暮らしの高齢者の話し相手になるなど、お互いに暮らしを支え合いながら、地域を豊かにする活動を行っています。

高齢者にとって、健康に長生きできることほど幸せなことはありません。コロナ禍で、人とのつながりの大切さを確認できた今だからこそ、仲間と一緒に笑い、語り、交流することで楽しい第2の人生を送ってみませんか。

上西郷地区シニアクラブ「畦町高寿会」の活動紹介



⑥八幡神社清掃奉仕作業に参加した皆さん⑦地域の花植えにもたくさんの方が参加しました⑧⑩畦町ウォーキングの際「あぜねこバス・神社前」のベンチで休憩する参加者⑨畦町高寿会役員の方

旧唐津街道畦町宿に歴史の名残を感じる自然豊かな地域で活動する畦町区シニアクラブ「畦町高寿会」は、現在、会員114人、65歳から最高齢は97歳の人まで、和気あいあいと活動しています。

毎月1日の早朝に「八幡神社」の境内清掃、公民館では年3回の研修会や講演会を開催。施設見学と食事、懇親会などの日帰り研修を行っています。また、昨年開催した畦町ウォーキングには会員30人が参加し、楽しいひとときを過ごしました。

しかし、コロナ禍で、その他の行事は中止となりました。外出を自粛し、会員同士の交流が希薄な時期が続きました。このような状況の中、高寿会の原会長と末廣副会長を中心に、何かできることはないかと考え、誌上のコミュニティとして「畦町高寿会だより」創刊号を発行。今後は年2回の発行を目指し、会員の文芸投稿やお知らせなど、内容の充実を図っていきます。

四季の移ろいの中で自然と共生し、これからも地域の人達との交流を深めていきます。

