



クラブ活動
しませんか?



老人クラブ会員募集!

役割①
集いは、**心の支え**と
なります

クラブ活動は
百薬の長、

だから
老人クラブ



いっしょに
運動しましょう



いっしょに
お茶しませんか?



いっしょに
楽しみましょう



役割③
集いは、**健康長寿**に
貢献します

役割②
集いは、**人生**を
楽しくします



しのび寄る老いを助長する心情や
フレイルの予防に——老人クラブ



人生100年時代を迎え高齢者の孤独・孤立が大きな問題となっています。人としゃべらない、人と関わらない、不活発な生活を続けていると、何事にも意欲が減退し、興味を持たない老いの心情が支配し、体力や知力が衰え、さらには認知症や寝たきりの状態になることが危惧されます。孤独死も懸念されます。この解決に、歩いて行ける範囲の友人の集まりである老人クラブへの入会をお勧めします。

皆さんの入会をお待ちしています

※フレイルとは、加齢に伴い心身の活力(筋力や認知能力、社会とのつながりなど)が低下することが原因で陥る健康な状態と要介護の状態の間の状態をいいます。まだまだ、努力次第で健康な状態に戻ることができます。



笑顔がなにより

熱田区老連事務局
(熱田区役所福祉課内)

お問い合わせ tel.052-683-9900

詳しくは
QRコードで
ご確認ください。





みんなと行く旅行は格別です。



優勝めざして
がんばっています。



クラブ活動は多彩で豊富、 みんなで作るから楽しさも倍増!

クラブ活動は旅行や作品展、演芸大会、スポーツ大会などメニューが豊富なので、自分の気に入ったものを選ぶことができます。

同世代の高齢者は、健康のことや人間関係のこと、家族のこと、趣味や旅行など、共感できることがたくさんあります。楽しい話し合いや気の置けない人とのおしゃべりは、心の支えとなります。

ウォーキングやグラウンド・ゴルフ、ポッチャなど高齢者の体力や嗜好にあわせ、無理なく体力の維持向上につながるスポーツを行っています。

老人クラブは、絵画や写真、手芸、書道などの分野で芸術家ぞろいです。一緒に活動すると刺激になるし、技能が向上、何よりも楽しい。発表の場もあります。



ちょっと緊張します。
でも楽しい。



公園が
きれいになって
気持ちがいい。



どの作品も
すばらしい!