

東 淀 川 区



老人クラブ連合会

とぶし

第73号

発行

東淀川区老人クラブ連合会

〒533-0032 東淀川区淡路4-1-6

東淀川区老人福祉センター

TEL (06)6322-0544

編集協力 株式会社博報社

〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69

TEL (06)6797-0212 FAX (06)6797-0479

支え合い・助け合って長寿を実感できる地域社会を築こう

卯

加賀正

新年あけましておめでとございます。皆様方には健やかに新年をお迎えになられた事と心よりお慶び申し上げます。
平素は区老連の諸事業推進に対し、ご支援とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
今年の干支は卯(癸卯...みずのとう)。特徴は跳躍する姿から「飛躍」や「向上」を象徴すると言われています。今年には「ウイズコロナ」の中、老人クラブにとって、コロナ前のように各行事やサークル活動が開催出来るような飛躍の事が出来ました。



「明るく」「楽しく」「元気よく」を
モットーに活動を推進してまいります!

東淀川区老人クラブ連合会 会長 奥野 俊明

加する(生きがいづくり)事が大切です。

昨年、総務省の発表では、65歳以上の高齢者は3627万人、総人口の29.1%、100歳以上の高齢者は9万人を超え、超高齢社会を迎えております。高齢者が健康で安心して暮らせる長寿社会を築くには住み慣れた地域で、支え合い、助け合って長寿を喜びあえる「生活を豊かにする活動」と子どもや高齢者の見守り、公園の清掃活動などの「地域を豊かにする活動」を2本柱として取り組んでいます。



私達、高齢者は感染リスクが高いため自粛生活が続いていて身体機能や認知機能の低下が心配されています。
①家の中でも身体を動かして運動する事②家族や友人との「おしゃべり」をする事③パランスの良い食事をする事です。
今年には「ウイズコロナ」の中でも、①家から外に出る事(健康づくり)②友達と会って話をする(仲間づくり)③百歳体操、カラオケ、グラウンド・ゴルフなどのサークル活動に参加

撮影/京楽路 川口 志弘

今年には「ウイズコロナ」の中でも、①家から外に出る事(健康づくり)②友達と会って話をする(仲間づくり)③百歳体操、カラオケ、グラウンド・ゴルフなどのサークル活動に参加



干支作品/小松 羽根田アグリ

今後とも、皆さま方のより一層のご支援とご協力をお願い申し上げますと共々皆さま方のご健勝とご多幸を心から祈念申し上げます。年頭のご挨拶と致します。

私たちは、東淀川区老人クラブ連合会の活動を応援しています

楽しい仲間と笑顔で過ごし、 豊かな人生を広げましょう！

私たちと一緒に活動しませんか？

教養講座	健康増進	社会奉仕	サークル活動
各種研修会 講演会、 高齢者文化祭、 …など	ウォーキング、 グラウンドゴルフ、 いきいき百歳体操 …など	見守り活動、 友愛訪問、 地域清掃活動、 …など	囲碁、将棋、 カラオケ、 茶道、生け花 …など

※活動内容は各老連・単位クラブによって異なります

健康 友愛 奉仕

老人クラブに入会すれば

私たちは、地域で活動する自主的な組織です。

- ★いろいろな活動・イベントに参加できます！
- ★新しい仲間ができます！
- ★知識・経験を活かします！
- ★新しい能力を発見できます！
- ★趣味・興味が広がります！
- ★健康の保持・増進につながります！
- ★心のやすらぎ、充実感が得られます！
- ★社会活動への参画と貢献ができます！

会員証の提示で協賛店より優待
してもらえる地域もあります！



サークル活動、会員インタビュー、スポーツ大会…等々
ご入会いただいた方には紙面の全記事をご覧いただけます。

入会ご希望の方は市・区役所にお申し付けください！