

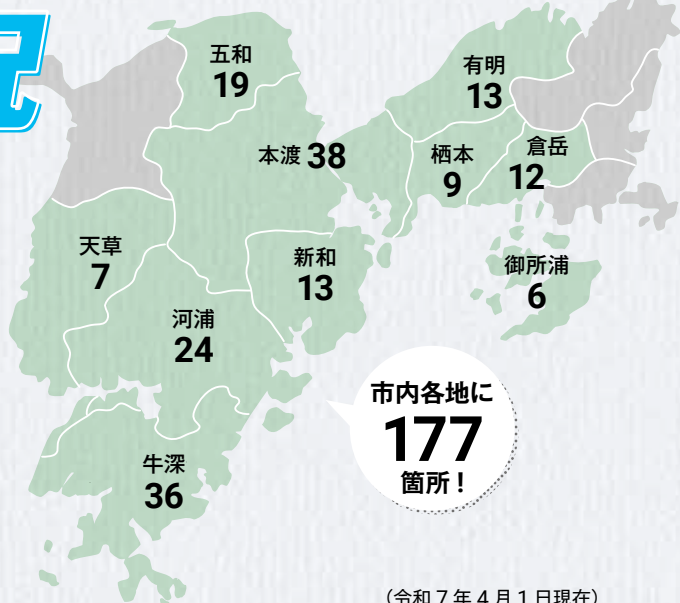
天草市の状況

各クラブでは、さまざまな活動を工夫しながら行っています。近くのクラブをのぞいてみましょう！



主な活動内容

友愛訪問活動（6ページ参照）、清掃・美化活動、防犯・交通安全活動、子どもたちとの交流活動、IT活動、その他グラウンドゴルフ等のスポーツ、学習会、茶話会 など



	本渡	牛深	有明	御所浦	倉岳	栖本	新和	五和	天草	河浦	合計
クラブ数	38	36	13	6	12	9	13	19	7	24	177
会員数（人）	1,742	1,469	521	196	354	614	459	663	184	731	6,933
1クラブあたりの平均人数	46	41	40	32	30	68	35	35	26	30	39

地域に無くてはならないシニアクラブ（老人クラブ）

interview / 白梅会 会長 西岡 恒幸^{つね ゆき}さん（天草町）



7年前の69歳の時、白梅会に入会しました。市役所に勤務していたということもあり、お世話になった地域に恩返しをしたいと入会後はさまざまな役職を受け、今年の4月から会長を務めています。

白梅会では、2カ月に1回の誕生会や百歳体操、子どもの見守り活動、旅行など、年間を通してさまざまな活動を行っています。特に頑張っているのが「サロン活動」で、パズルを使った脳トレ等の認知症予防につながるゲームなどを参加者みんなで楽しく行っています。また、このサロン活動を通して「ちょっとおかしいな」と感じたり、「体調がいまいちだな」と思った人を地域包括支援センターにつないだりもしています。高齢者の体調管理という面でもとても意義のある活動です。



▲親睦を深めた日帰り旅行（上天草市へ）

さらに、小学生との交流活動では、今年2月に天草小の3・4年生と風作り体験を行いました。風を作る竹や紙の準備など大変なこともありましたが、地域の子どもたちと交流できるのも良いことだと思います。

会に加入して、忙しいながらもとにかく楽しい毎日を送っています。会員同士が交流することで地域のコミュニティ形成が図られますし、何よりみんなと一緒に笑うことで元気に過ごせています。会員の皆さんも活動を楽しみにしてくれているので、これからも関係者が楽しめるような仕掛けを考えながら活動を続けていきたいです。



寺子屋体験で栖本小の児童と水鉄砲作りで交流する古江緑寿会の会員

地域のつなぎ役として活躍する

シニアクラブ

（老人クラブ）

熊本県内に約1600クラブ・6万8千人、本市では177クラブに約7千人が加入しているシニアクラブ（老人クラブ）は、子どもたちとの交流活動やシルバーヘルパーなど、地域のつなぎ役として欠かせない重要な存在です。

人生100年時代といわれる今、元気でいきいきと暮らしていくためには、地域との交流や新しい仲間づくりが欠かせません。シニアクラブでの活動に参加して生きがいづくりをしてみませんか。

今号では、シニアクラブの取り組みや魅力について紹介します。

☎ 高齢者支援課

24-8864

シニアクラブ（老人クラブ）とは

- ★ 活動の目的**
 - ・仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行う
 - ・知識や経験を生かして、地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会活動に取り組む
 - ・明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努める
- 👤 対象者**
 - ・入会を希望する概ね60歳以上の人
- 👥 組織**
 - ・日常的に声を掛け合い、歩いて集まることのできる小地域の範囲で立ち上げ
 - ・会員の規模は30～100人程度
- 💰 会費**
 - ・年間1,500円程度（令和5年度1クラブ当たりの平均額）



▲グラウンドゴルフ（御所浦支部）

- ・知識や経験を生かし新しい能力を発揮できる！
- ・地域に新しい仲間ができる！
- ・心の安らぎ、充実感が得られる！
- ・社会活動への参画と貢献ができる！
- ・健康の保持・増進につながる！

シニアクラブへの活動支援

シニアクラブの活動を継続してもらうことを目的に、国・県・市で活動経費の一部を補助しています。また、会員数に応じた市独自の補助も行っています。

対象

シニアクラブとして、地域を基盤とする高齢者自身の自主的な活動組織であり、地域の状況に応じたさまざまな活動を展開することで、高齢者の生きがいと健康づくりを推進するとともに、高齢者の社会参加を促進するクラブ

※詳細は、高齢者支援課包括ケア推進係
☎24-8864にお尋ねください。

問い合わせ・相談先

シニアクラブへ加入し、地域活動デビューをしてみませんか。もっと詳しく話を聞いてみたい人などは近くのシニアクラブ、または天草市老人クラブ連合会事務局（原田）☎22-2260まで気軽にご相談ください。



「家に閉じこもりがちで退屈つまらない」「健康に関心があるけど、何をしたらいいかわからない」「やりたいことや生きがいがない」など、そんな時は近くのシニアクラブをのぞいてみませんか。人生100年時代といわれる今、さまざまな出会いを通して、豊かなシニアライフを送りましょう。

シニアクラブで 共に頑張りましょう / interview

その実績が認められ、全国の老人クラブ連合会が主催する九州大会や全国大会では、熊本県代表として発表の機会を幾度となくいただいています。

また、近年はスクールパス通学により件数は減りましたが、小学生の登校時に行う見守り活動や、子どもたちと一緒に楽しむ「昔遊び」など、地域の子どもたちと交流する活動も行っています。

つと女性会長が増えれば良いなと思っています。

シニアクラブで一緒に活動することで、会員（地域住民）同士親しくなることができ、みんなと仲良く活動していれば、長生きにもつながります。地域の奉仕活動などを通して親睦を深め、元気で長生きするためにもシニアクラブで共に頑張りましょう。

私たちは老人クラブ連合会は、健康・友愛・奉仕の3つの方針のもとに活動しています。全国的に会員が減少している中、私たちの会でも新規加入者より施設入所などにより会を脱退する人が多く、年々減少しているのが現状です。

私たちが活動で特に力を入れているのが、一人暮らしの高齢者を訪問する「友愛訪問活動」です。話しかけてくれることを待っている人もいますので、とてもやりがいを感じています。この友愛訪問活動は、県内では他の連合会に先駆け天草から活動が始まりました。

連合会では、女性の会長を増やす取り組みを進めています。女性会員が多い今、会長に女性が就くことでいろいろな活動に取り組みやすくなり、活動が活発になることで会員増につながるのでと期待しています。

牛深支部では36団体中10団体で女性が会長を務めています。他の支部も含め



天草市老人クラブ連合会
会長 早水 英雄 さん
(牛深支部長・岡二重心会長)

こんな活動も行っています！

友愛訪問活動とは



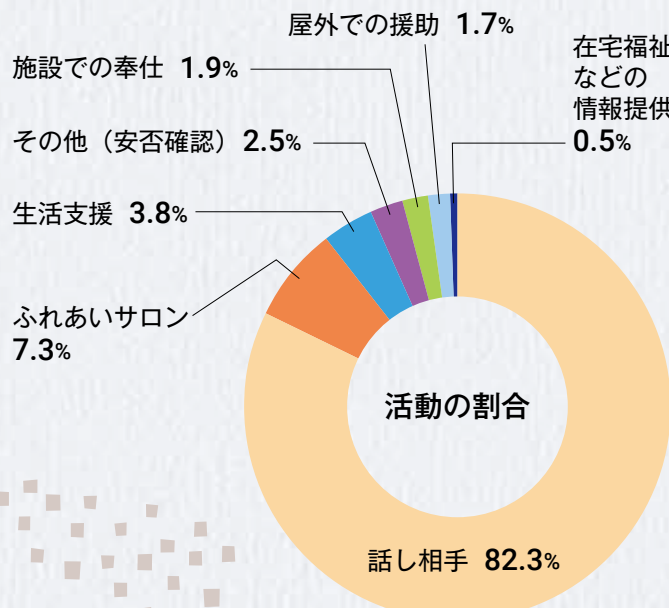
花壇整備 (本渡支部)



見守り活動 (五和支部)



ふれあいサロン (本渡支部)



シルバーヘルパー養成講座を修了したシニアクラブ（老人クラブ）会員が中心となり、支援が必要な高齢者宅などを訪問。見守りや話し相手、ゴミ出し等の生活支援などを行っています。近所や顔見知りの訪問であるため、高齢者なども安心して支援を受けることができます。このシルバーヘルパー

が活躍することで、地域の支え合いが広がり、介護人材不足解消の一助にもつながっています。

各クラブは、友愛訪問活動として市の委託事業（住民支え合い活動推進事業）に取り組みしており、それぞれの地域で年間5万件を超える活動を行っています。

住民支え合い活動推進事業実績

	本渡	牛深	有明	御所浦	倉岳	栖本	新和	五和	天草	河浦	合計
活動件数	21,686	14,577	2,875	526	3,321	5,353	429	1,565	634	677	51,643
1カ月当たり	1,807	1,215	240	44	277	446	36	130	53	56	4,304

(令和6年度)

▶友愛訪問 (有明支部)

