

5

生きがいづくり、仲間づくり、健康づくり

# もっとイキイキ、もっと楽しいシニアライフを

住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしたい。そう願う人はきっと多いはず。歳を重ねてもイキイキと輝く時間を過ごせるように、生きがいづくり、仲間づくり、健康づくりなど、くらしを豊かにする活動に参加してみませんか？

## 健康

グラウンド・ゴルフやウォーキングなどのスポーツをはじめ、趣味やサークル活動など仲間と一緒に楽しんでいます。



健康マージャン



ちーちゃん

## 老人クラブで一緒に活動してみませんか？

県内には約1,000のクラブがあり、地域ごとにさまざまな活動を行っています。

## 老人クラブの活動

### 友愛

一人暮らしの高齢者への声かけや子どもの見守りなど、支え合いを大事にしています。



### 奉仕

花づくりや道路の清掃など、美しい地域を次世代に残します。



こがかずひこ  
県老連会長 古賀一彦さん

老人クラブの最大の魅力は仲間ができること！楽しい出会いが待っています。



ファッションショーを開催したクラブも！



ご家族の方から

私の母は、グラウンド・ゴルフの練習の成果を楽しそうに話してくれます。生活に張り合いが出たようで私もうれしいです。

☎ (一財)佐賀県老人クラブ連合会  
☎0952(33)3520

佐賀県老連

検索



老人クラブ  
については  
コチラ