



高知市老人クラブ連合会



会員大募集

のばそう!健康寿命、担おう!地域づくりを
一緒にシニアライフを楽しみましょう!!

女性部・花いっぱい活動



第41回戦争と平和を語る会



特別行事・戦争と平和を語る会

成年部・健康ウォーキング
(高知城周辺コース)



こどもの日の集い



シニア演芸大会・憩コーラス



「老人クラブに入るにはまだ早い」と言われますが、当クラブは**高齢だから入るクラブではありません**。仲間をつくり、前向きに自分の人生をより楽しみ、健康寿命をのばそうとする方の入会を心よりお待ちしております。

クラブ 入会要件

高知市にお住まいの、おおむね60歳以上の方。

市老連とは？

「市老連」とは高知市老人クラブ連合会の略称です。老人クラブは、「老人福祉法」に基づく高齢者の親睦団体で、市老連は昭和36年11月に設立し、58年を超える歴史を持ち、「健康・友愛・奉仕」をモットーに高知市全域で活動しています。

市老連は市内に23のブロック会を置き、単位老人クラブ144団体、会員数約5,800人を有する組織です。高知市等の行政機関とも連携し、生きがいのある明るい超高齢社会の実現や高齢者福祉の向上に取り組んでいます。

主な活動拠点は、高知市南部健康福祉センター、高知市西部健康福祉センター、春野あじさい会館の3か所です。

市老連の活動は？

(1) 学 習 女性大学、生き生き大学、一日夏季大学



(2) スポーツ 室内競技大会、グラウンド・ゴルフ、健康ウォーキング、ゲートボール



(3) 支援事業

単位老人クラブへの補助・支援、ミニデイ・サービス、地域支えあい事業

(4) 講座運営

文化活動として77講座の開設・運営（市内3拠点）

(5) 大会等

健康まつり、手作り文化祭、シニア演芸大会、囲碁・将棋大会、戦争と平和を語る会、七夕まつり、無事故無違反チャレンジ100、こどもの日の集い、交通安全教室、レジャー農園、花いっぱい活動等

(6) 研修会

幹部研修会、友愛活動部推進員研修会

(7) 広 報

「市老連だより」年2回発行、「憩所ニュース」毎月発行

ホームページの運営 (<http://www5.plala.or.jp/kochisi-rouren/>)



定例講座



こどもの日の集い



ふくし園児との交流



**あなたの知識と経験・能力を
市老連で発揮しましょう!!**

あなたが、永年培ってこられた貴重な知識と経験を地域の老人クラブで発揮し、生きがいのある充実した人生を送りましょう。

近くの老人クラブに加入してみようと思われたら、まず、**高知市老人クラブ連合会事務局**までお気軽にお電話ください。



ミニミニゲームあそび



一日夏季大学



社会奉仕活動(清掃)

お問い合わせ先 高知市老人クラブ連合会

高知市百石町3-1-30
南部健康福祉センター 2F

Tel 831-3324 Fax 878-9076 E-mail : koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp

高知市老人クラブ加入申込書

加入申込日(令和 年 月 日)

加入クラブ名			
お名前			男・女
生年月日	大正・昭和	年	月 日
ご住所	〒 ー 高知市		
電話番号	固定	088	ー ー
	携帯		ー ー