

# 憩所ニュース No. 602

令和6年 6月 1日  
編集・発行 高知市老人クラブ連合会  
高知市南部健康福祉センター2階  
高知市百石町 3-1-30  
電話 088-831-3324

高知市  
高齢者  
憲章

1. 高齢者が、生き生きとした人生を送れるよう、心身の健康と安定した暮らしが守られる町にしましょう。
2. 高齢者が、長年にわたり社会の発展に貢献してきた者として、敬愛される町にしましょう。
3. 高齢者が、培ってきた豊かな知識と経験が、家庭や地域社会で役立てられる町にしましょう。
4. 高齢者が、地域の人々との交流と温かいふれあいのなかでともに支え合える町にしましょう。
5. 高齢者が、生涯を通じて学び生きがいをもって人生を過ごせる町にしましょう。

市老連ホームページ <https://kochi-shirouren.com>  
E-mail: [koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp](mailto:koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp)



## 老人クラブ会員募集!!

「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楽しむことが、健康長寿を実現するためにはとても大切です。入会を心よりお待ちしております。

**クラブ入会要件 高知市にお住いの、おおむね 60 歳以上の方。**

### 市老連の活動は？

学習活動やスポーツ事業の開催など多岐にわたる市老連活動を通じて、高齢者の皆さんが元気に楽しく過ごしています。

- (1) 学 習 生き生き大学
- (2) スポーツ グラウンド・ゴルフ、健康ウォーキング、ボウリング大会
- (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 69 講座の開設・運営
- (5) 大会等 健康まつり、無事故無違反チャレンジ 100、戦争と平和を語る会、シニア文化祭  
こどもの日の集い、交通安全教室、囲碁・将棋大会、花いっぱい活動他
- (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 (<https://kochi-shirouren.com>)



和気あいのボウリング大会



### 憩所特別行事報告

## 「第46回こどもの日の集い」

去る5月2日、「こどもの日の集い」を南部健康福祉センターで開催しました。

会場の真鯉や緋鯉がふくし園年長ゆり組さんをお迎えしました。憩民踊さんと手遊びやゲームのほか、お互いに踊りも披露してとても楽しいひとときを過ごすことができました。

こどもたちみんなが健やかに成長することを願っています。



### 市老連だよりの原稿を募集します!!

原稿をお寄せください。

投稿内容:クラブ活動の記録、エッセイ、俳句

短歌・川柳や絵画・書道・写真など

なんでも結構です。

(文章は市販の原稿用紙2枚まで。

写真がありましたらぜひ添えてください。)

お 願 い:必ず氏名・所属クラブ名・電話番号

をご明記ください。こちらから内容等

お聞きする場合があります。

投 稿 先:各単位老人クラブ会長、ブロック会長

または文化事業部、市老連事務局まで

お届けください。

