

老人クラブ会員募集中。

みなさん大歓迎です、一緒にどうぞ！！

年齢を重ねると、家に閉じこもりがちになります。生活の中で無理せず、リフレッシュすることが大切です。

老人クラブの活動に参加して、{健康寿命}+5年を維持してみませんか。

行事紹介

いろいろと楽しめますよ。

カローリング大会



もう少し右だったかなー？

グラウンドゴルフ大会



おれも負けねぞ..？

老人クラブで
元気に楽しく！！

女性会員研修会と芸能交流会



南陽市老人クラブ連合会女性会員研修会

会員の作品展



来年は俺も!!
出してみっかな!!

★こんなこともしています。

- ◎ 奉仕活動 花いっぱい運動・子供たちとの交流会・清掃奉仕など。
- ◎ 健康活動 日帰り及び1泊旅行・健康のお話・料理講習・女性会員研修会など。
- ◎ 会員作品展 会員の編み物・紙細工・写真・書道などの展示、即売。
- ◎ 軽スポーツ グラウンドゴルフ、公式ワナゲ、カローリング。



300点出すぞ!!

健康寿命を伸ばそう!!

お申し込みは

- ・各地区老人クラブ会長または会員まで
- ・南陽市老人クラブ連合会 (43-5888)

「ヤングシルバー」の皆さん 一緒に活動しませんか！！

高齢化社会の進んでいる現在、身近でさまざまな問題が発生していますが、私たちは、行政や若い人たちに頼るだけではなく、高齢者全体の問題として前向きに活動して行かなければならないと考えています。

特に、自分達の老後を楽しむだけの団体はでなく、「健康・友愛・奉仕」を三大運動と位置づけ、地域性を持った活動を展開しています。

このため、市・県・全国三段階の老人クラブ連合会が、単位クラブの活動をお手伝いをしています。

60歳から加入できます、ぜひ、私達と一緒に活動して下さい。！！

主な活動は

- 1、公園や神社、道路の清掃、花壇整備、公民館事業など地域への奉仕活動
- 2、同じ地区内高齢者同士の声かける友愛活動。
- 3、子供達とのふれあい・見守り活動
- 4、誰でも簡単にできる軽スポーツを中心に、輪投げ、クラウンドゴルフ、カローリング、芸能大会などの健康活動
- 5、目帰り・一泊旅行、健康のお話、料理教室など楽しい活動。
- 6、会員の編み物などの手工芸・絵・写真・書道ほかの作品展など教養活動
- 7、その他、地区に合った活動や独自の活動

決して早くありません、

自分のためにも体の丈夫な今のうちに ご加入を！！

南陽市老人クラブ連合会