

老人クラブの組織と活動

～ともに生きる豊かな地域社会の実現をめざして～

令和5年6月30日

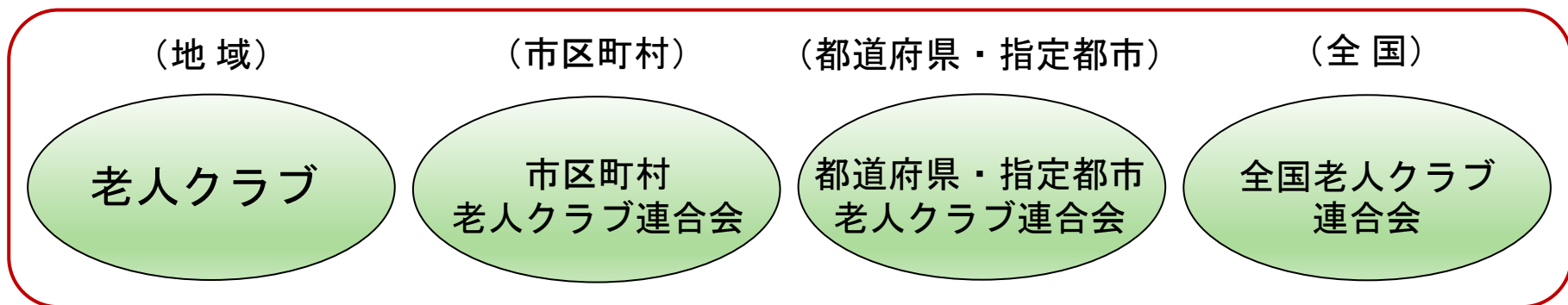


のばそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを

公益財団法人 **全国老人クラブ連合会**

Japan Federation of Senior Citizens Clubs.

1. 老人クラブの組織



① 老人クラブ

- 地域を基盤とする高齢者(概ね60歳以上)の自主組織です。
- 戦後まもなく誕生し、先覚者の呼びかけと福祉関係者の協力により各地に普及し、現在では全国的なネットワークを有しています。
- クラブ数は85,805クラブ、会員数は4,387,233人(令和4年3月末日現在)です。

② 老人クラブ連合会

- 市区町村、都道府県・指定都市、全国の各段階に連合会を組織し、クラブ相互の連絡調整をはかり、より広域的な事業を実施しています。

③ 全国老人クラブ連合会

- 全国の老人クラブ組織とクラブ会員の多彩な活動を通じて、地域の高齢者間の支え合いの促進や高齢者のための福祉制度等の情報を発信しています。

2. 老人クラブの活動

老人クラブ活動の全体像

生活を豊かにする 楽しい活動

健康づくり シニアスポーツ

ねたきりゼロ運動、健康学習、クラブ体操、ウォーキング、各種シニアスポーツなど

趣味 文化 レクリエーション

趣味・文化・芸能などのサークル活動、旅行など

学習活動 リーダー研修

各種学習講座の開催、老人クラブ活動のリーダー研修の開催など

地域を豊かにする 社会活動

友愛訪問 ボランティア活動 社会奉仕の日

在宅福祉を支える友愛活動、地域のボランティア活動、社会奉仕の日の活動など

伝承活動 世代交流

地域の文化・伝統芸能・民芸・手工芸・郷土史・生活記録等の伝承活動、子どもや青壮年との交流活動など

作業・生産 環境美化 リサイクル

農作物や花の栽培、植林、手工芸品の製作、公園や公共施設の環境整備や運営管理、リサイクルなど

提言・提案

生活調査・点検(モニター)活動、関係機関への提案など

3. 全国三大運動（健康・友愛・奉仕）の取り組み

（1）健康寿命の延伸をめざして ～ 健康 ～

健康学習で運動、食事などの正しい生活習慣や事故防止について学び、みんなで体操、ウォーキング、体力測定などに取り組んでいます。近年では、次のようなスポーツも普及しています。

●ボッチャ

目標となる球にボールを近づけることで得点を競うスポーツ。パラリンピックの競技種目。

●スポーツ吹矢

先端を安全に加工した矢を的に向かって吹き、得点を競うスポーツ。心肺機能の向上などにつながる。

●フマネット

50センチ四方のマス目の網を床に敷き、網を踏まないように歩く運動。歩行機能の向上効果が期待される。



（ボッチャ）



（フマネット）

(2) 地域の高齢者の暮らしを見守り、支える ～友愛～

ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯、支援が必要な高齢者を見守り、支えるために様々な取り組みを行っています。

●見守り

声かけ、安否確認、話し相手、電話訪問など。

●情報伝達

老人クラブや地域行事の案内、高齢者に関わる生活情報や健康情報の提供、防犯・防災の注意喚起など。

●生活支援

ゴミ出し、外出時の付き添い、買い物の代行、草取り、庭木の剪定、雪かき、家具等の移動、電球交換など。

●集いの場

誰もが気軽に参加できる「ふれあいサロン」「おしゃべ喫茶」、当事者の方々を支える「認知症カフェ」や「介護者カフェ」など。



(見守り訪問)



(ふれあいサロン)

(3) 誰もが安全で安心して暮らせる地域づくり ～ 奉仕 ～

すべての人々が安全で安心して暮らせる地域社会を築くために、多世代と交流、連携しながら、多彩な取り組みを行っています。

●環境美化

公園や公共施設での四季の花づくり、植樹・緑化、清掃など。

●リサイクル

空き缶・古紙・段ボールなどの資源回収、古タオル活用のエコ雑巾づくり、古着をリフォームしたファッションショーなど。

●世代交流

お手玉、竹馬、竹とんぼ、凧上げなどの遊び、季節の行事、戦争体験の語り継ぎ、シニアスポーツの体験など。

●交通安全

子どもの登下校時の見守り、自転車安全運転教室、手作りお守りの配布、ヒヤリマップの作成など。

●防犯防災

地域パトロール、駅前やATM周辺での詐欺被害防止キャンペーン、防災マップの作成など。

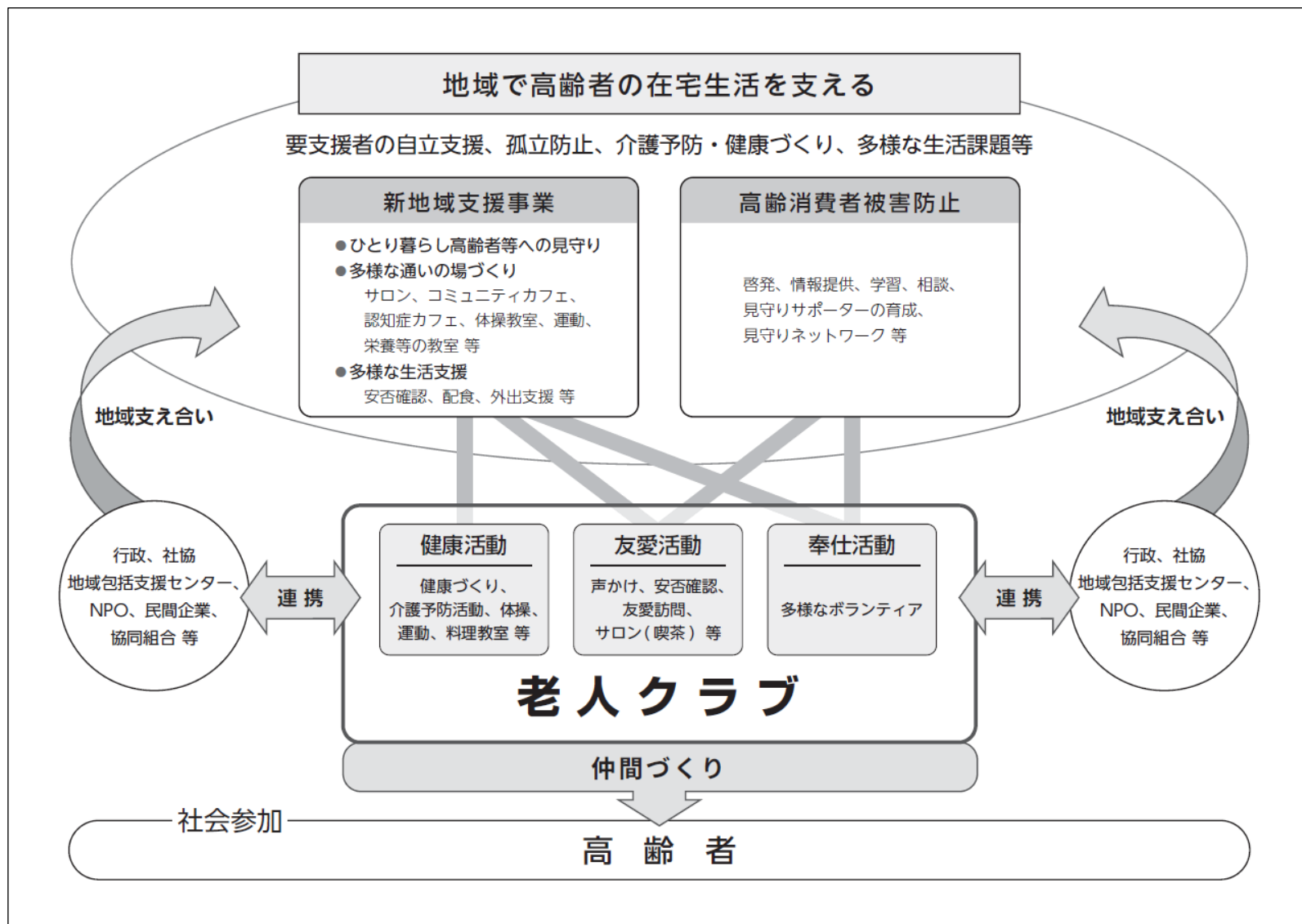


(駅周辺の花壇づくり)



(子どもとの餅つき)

4. 地域で高齢者の在宅生活を支えるために



老人クラブが実施している活動例（支え合い）－健康づくり支援

【健康づくり・介護予防活動】

岩手県北上市
江釣子支部藤有海クラブ
(えづりこ) (とおゆう)

会員数:33名

<活動における関係団体>
医療法人社団敬和会

「らくらく健康クラブ」

- ・週4～5回、百歳体操、茶話会
- ・希望者増で2会場で開催
(クリニック、ショッピングセンター)
- ・令和3年延べ3,700人参加
- ・役割:クラブ／参加呼びかけ、通いの場の担い手(運営)。クリニック／会場、事務、運営サポート
- ・定例会(隔月)で情報共有



【健康づくり・介護予防活動】

茨城県ひたちなか市
勝田本町悠和会

会員数:39名

<活動における関係団体>
民生委員、自治会、ひたちなか市元気アップサポーター、茨城大学

「毎週開催－ときめき元気塾」

- ・元気アップ、筋力アップ、認知症予防などの体操を実施
- ・クラブ発足時(平成20年)より毎週火曜日午前中実施
- ・参加者は20～30名、70～80代、最高齢88歳
- ・茨城大学の学生がサポーターとして参加(不定期)



老人クラブが実施している活動例（支え合い）－見守り

【友愛訪問(見守り)活動】

宮城県岩沼市
三色吉シニア倶楽部
(みいろよし)

会員数: 28名

＜活動における関係団体＞
岩沼市、地域包括支援センター、ケアマネジャー、町内会、社協

「見守り活動」

・地域包括ケアセンターの依頼を受けて、週1回、訪問会員が訪問

・訪問時に生活支援も実施

・情報交換ノートを使い、地域包括ケアセンター、ケアマネジャーと情報共有



【友愛訪問(見守り)活動】

和歌山県有田市
港町老人クラブ連合会

クラブ数: 10クラブ
会員数: 452名

＜活動における関係団体＞
社協、地域包括支援センター、民生委員

「友愛訪問活動」

・ひとり暮らしで、子どもが市外に在住している高齢者を対象

・月2回訪問。健康状態の確認、生活状況、心配ごと相談



老人クラブが実施している活動例（支え合い）－通いの場

【通いの場づくり】

東京都目黒区
東根会

会員数：226名

＜活動における関係団体＞
区、民生委員、町内会、地域の
クリニック

「ダレデモ・カフェ」

- ・高齢者の引きこもり防止
- ・毎月1回、第2水曜日午後
いこいの家
- ・町内会で広報
- ・スペースを分けて、居心地の良い空間づくりをめざす
- ・クリニックから認知症の方の参加の依頼を受けて対応



【通いの場づくり】

島根県安来市
わかさクラブ

会員数：72名

＜活動における関係団体＞
母里地区生活支援協議体、
社会福祉協議会

「古民家を活用ふらっとカフェ」

- ・令和2年10月から、毎月
第1木曜日10時～15時開催
- ・趣向を凝らしたイベントも企画
- ・会場は、市が所有する国の
登録有形文化財
- ・母里地区生活支援協議体に
参画、共に立ち上げ運営に
協力



老人クラブが実施している活動例（支え合い）－生活支援

【生活支援活動】

三重県名張市
桔梗が丘南さわやかクラブ

会員数：118名

＜活動における関係団体＞
自治会、民生委員

「たすけあい隊」

- ・事務局を設置して、相談の受付から支援内容の確認、支援を行う隊員の調整等を実施（隊員は25名）
- ・活動内容－網戸の張替え、草ぬき、枝切り、家具移動 他
- ・月1回、運営会議を開催し、自治会、民生委員と意見交換



【生活支援活動】

神戸市垂水区
道進会
会員数：215名

＜活動における関係団体＞
社協、地域包括支援センター、民生委員

「ちょっとボランティア」

- ・自治会が行っていた住民同士の生活支援活動の活動員不足を契機に、老人クラブがボランティアを実施
- ・現在22名が支援推進員となってゴミ出し、買物代行、病院付添いを実施
- ・区内のクラブでの実施も働きかけ中



老人クラブが実施している活動例（支え合い）－高齢消費者被害防止

【高齢消費者被害防止活動】

神戸市老人クラブ連合会

クラブ数:408クラブ

会員数:28,514名

＜活動における関係団体＞

神戸市、神戸市消費生活センター、兵庫県警察本部

「見守りサポーターで詐欺被害防止」

- ・役割は、「情報を伝える」「不審な様子を気にかける」「関係機関につなげる」
- ・平成27年から7年間で約1400人養成
- ・令和5年度から「高齢消費者被害防止研修会」に変更して取り組み



【高齢消費者被害防止活動】

大阪府

和泉市老人クラブ連合会

クラブ数:171クラブ

会員数:10,952名

＜活動における関係団体＞

市役所、大阪府・和泉市警察署、大阪弁護士会、交通安全協会、社会福祉協議会、農業協同組合

「高齢消費者被害防止街頭キャンペーン」

- ・大阪府老連では、詐欺被害防止に向けた取り組みの一つとして、警察、弁護士会等と連携して街頭キャンペーンを実施
- ・令和5年度も2老連が実施計画中



5. 総合事業への高齢者の参加推進に向けて ～老人クラブ活動をとおして気づいたこと～

- (1) 先進的な活動より、誰もができる活動であること
(すそ野の拡充)
- (2) 既にある組織を活かすこと
(高齢者のサークル・グループなど)
- (3) 形態にこだわらず、実践者の創意工夫に委ねること
(自主性・主体性の尊重)
- (4) 初めはリーダー主体でも、その後は役割分担すること
(継続性の確保)
- (5) 連携・支援体制を確保すること
(社会福祉協議会、地域包括支援センター等)