

## 令和4年度市町村老連若手会員の情報交換会（東部地区）

活 動 名	内 容	活動の工夫	仲間を増やすための工夫
グラウンド・ゴルフ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 不定期に仲間同士で練習、試合をしている</li> <li>・ 年2回、15名程度が集まり親睦を深めている。その後、反省会や慰労会をしている</li> <li>・ 年1回、50名程度が集まりグループに分かれて行う</li> <li>・ 若手会員が主体となり、会員を対象に行っている</li> <li>・ GG 同好会が毎朝約2時間行っている</li> <li>・ 会員25名程度が集まり、競技後お弁当を配布している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 反省会や慰労会で交流を深める</li> <li>・ 情報交換の場になる</li>   <li>・ 毎朝2時間のGGの後に、サロンをやり、お茶やお菓子で楽しい時間を過ごしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ GG やその後のサロンが楽しいので、GG 同好会は、ほとんどが老人クラブの会員になっているが誰でも参加可能ということを知ってもらう</li> </ul>
カローリング	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 年1回、40名程度が集まり行う（各単老から3名ずつ参加）</li> <li>・ 若手委員が主体となり行っている</li> <li>・ 豪華賞品を準備する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 豪華賞品で参加者も気合が入る</li> </ul>	
ボッチャ大会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 会員25名程度が集まり、競技後、お弁当を配布している</li> </ul>		
ウォーキング	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 年1回3kmのコスモスロードをグループに分かれて歩く</li> <li>・ 毎年50名程度参加（各単老から3名ずつ参加）</li> <li>・ 有志で町内やその周辺を散歩している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 季節を感じながら歩く</li> <li>・ あまり無理のない距離にする</li> <li>・ 楽しく参加できるものにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 季節を感じられる内容にする</li> <li>・ 気軽に参加できる内容にする</li> </ul>
食生活推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食に関心のある人が不定期に集まり、添加物について等勉強し、食育を通じての健康推進を行っている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 新たな事を学び生活に活かす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食から健康づくりを行うことを知ってもらう</li> </ul>

活 動 名	内 容	活動の工夫	仲間を増やすための工夫
サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・週1回体操やゲーム、カラオケ、小物作りをしている</li> <li>・歓談、健康体操、合唱、クイズ、などなど、ゲーム、ラダーゲッターを行う</li> <li>・月1~2回お茶会やコーヒーサロンを行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作った小物は、道の駅で販売</li> <li>・サロンの内容は色々楽しい事を行う</li> <li>・健康づくり等にも気をつける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加しやすい内容にする</li> </ul>
介護予防体操	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年1回、体操のDVDを見ながら会員参加で行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しく健康づくりを行う</li> </ul>	
地区加工部の活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・休校区で10~30名程度集まり、ケチャップ、キムチ、鯖寿司、きゃらぶき作りを行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常に活かせることを行う</li> </ul>	
健康講座 健康普及員養成講座	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症予防、フレイル予防、健康寿命の延伸に役立つ話や実践を行う</li> <li>・町の女性会を中心に介護予防運動を行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりで会の活性化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防運動を行うことで活動を知ってもらい、会への参加を促す</li> </ul>
研修旅行 先進地視察	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年2~3回程度、社福バス、民間バスを利用して行う</li> <li>・年2回、30名程度が参加し、親睦を図り心身のリフレッシュになっている</li> <li>・目的地では2km程度のウォーキングを取り入れて、体力づくりを行う</li> <li>・会員の半数が参加してみかん狩りを行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・旅行支援等を使って格安で研修旅行へ行っている</li> <li>・参加したい方は、会員のみとし会へ加入してもらおう(会員が増えた)</li> <li>・心身のリフレッシュになる内容にする</li> <li>・ウォーキング等、健康づくりも同時に行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい研修旅行を企画する</li> <li>・旅行支援等、使える助成金等の情報収集をし、参加費を抑えて参加できるようにする</li> </ul>
友愛訪問	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全会員へマスクの配布</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・見守り活動にもつながる</li> </ul>	
広報誌の発行	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【MOC通信】月1回の行事のお知らせと報告など会員へ配る(現在約400号)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動を知ってもらえる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会員が活動状況を知ることで会員外への声掛けもしやすくなる</li> </ul>

活 動 名	内 容	活動の工夫	仲間を増やすための工夫
小学生との交流	<ul style="list-style-type: none"> <li>・校庭の剪定、草取り</li> <li>・グラウンド・ゴルフ指導</li> <li>・米作り（田植え、稲刈り）、収穫祭等</li> <li>・小学生以下の子供たちと一緒に笹取りから笹巻きづくりを行う</li> <li>・ボッチャ、ラダーゲッター等を一緒に行う</li> <li>・昔遊びを3年生を対象に行う</li> <li>・学校花壇の整備 (花植え、水やり等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間交流を行うことで、生きがい が生まれる</li> <li>・物づくりの大切さを伝える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・孫がいる家庭には、声をかけて参加 してもらう</li> </ul>
保育園児との交流	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育園の行事ごとに応援要請があり、対応している</li> </ul>		
クラブ活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・忘年会、新年会でゲーム、クイズ、 なぞなぞ、カラオケ等行う</li> <li>・花見の会を、集落公園内の桜の木の下で 会員参加で実施</li> <li>・誕生会を年5回程度実施している</li> <li>・毎年12月に親睦食事会を会員と行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誕生会では、500円程度のプレゼントを準備している (出席者が若干増えた) (※年会費1000円)</li> </ul>	
男の料理教室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男性会員が中心となって料理し、女性 会員も含め食べる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性会員に喜んでもらえる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男女の親睦を深める場として活用する</li> </ul>
青年との交流	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グラウンド・ゴルフ等を通して交流 を深める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・情報交換の場になる</li> </ul>	
清掃奉仕活動 ボランティア活動 花植え しめ縄づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公民館や神社の清掃をしている</li> <li>・通学路の草取り</li> <li>・旧小学校の立木の剪定、草刈り</li> <li>・有志会で、広場や地区の草取り</li> <li>・年2回、役員全員で地区公民館の掃除</li> <li>・年2回、会員外の方も参加して、集 落内用水路等の清掃（除草）作業</li> <li>・年2回、購入した花の苗を役員や班 長が中心となって花壇へ植える</li> <li>・会員全員でしめ縄づくりをする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区を美しくする活動を通して老人 クラブの活動を知ってもらう</li> <li>・伝統を受け継いでいく（しめ縄）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会員の方が参加することで、老人ク ラブの活動を知ってもらい、声をかけ やすい状況を作っていく</li> </ul>

活 動 名	内 容	活動の工夫	仲間を増やすための工夫
役員会 総会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月1回、行事への参加について話し合う</li> <li>・年間の反省と次年度の予定と要望を聞く</li> </ul>		
地区内町づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・週1回開催 百歳体操、ものづくり、ゲーム等</li> <li>・4か月ごとに誕生会を行う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週行うことで見守り活動になる</li> <li>・楽しい場にする（居場所づくり）</li> </ul>	
交通安全教室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年2回、シルバーアドバイザーに依頼して開催</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新たな情報も学び、交通安全について意識してもらう</li> </ul>	
新規会員募集	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各集落で60才になった方に声かけをして入会を要請している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・声かけを行っているが、再雇用制度で仕事を続ける方がほとんどで、まだ加入に結び付いていない</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年から会費を無料</li> <li>・参加したい行事への参加費のみを負担</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・色々な補助金をうまく活用して、会費を無料にすることができた</li> <li>・会費が無料なのでひとまず会員になる方が増えた</li> <li>・楽しい活動を増やすことで参加者が増え、会員が増えた</li> <li>・参加したい活動にのみ参加費を払うのでメリットになる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・魅力ある活動を続けていく</li> <li>・色々な補助金等の情報を知り、会員の負担を減らす</li> <li>・声掛けは継続して行う</li> <li>・女性会員を増やしていくこと</li> </ul>
新規会員加入	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規約がある 60才になったら入会する</li> <li>・亡くなられた方があった場合、お悔やみに出向く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年目は勉強し、2年目で会計をして3年目から会長になれる</li> <li>・お悔み等で家族とつながりを持っておくことで、後々の入会につながる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単身になられた高齢者には、極力孤立を防ぐために近所等の方におねがいして、入会を促す</li> </ul>