

## 単位老人クラブの活動一覧のまとめ

【港区】

## 【全体】

クラブ数・会員数	R7.4 クラブ数：83 会員数：3,801人 (男性 1,553人 女性 2,248人) 区内 20 学区中 14 学区に老人クラブがある。うち 1 学区に 1 クラブのみという学区が 2 学区、1 学区に 2 クラブという学区も 2 学区ある。クラブ会員数の平均は 45 人だが 100 人を超えるクラブが 2 クラブある。
部門別事業の割合	83 クラブが取り組んでいる行事を部門別に見ると、 ① スポーツ(18%) ②文化(5%) ③学習(3%) ④交流 (21%) ⑤友愛 (4%) ⑥地域貢献 (49%) となり、地域貢献、交流、スポーツ部門の割合が高い。
運動・ニュースポーツ分野	グラウンド・ゴルフはほぼ全てのクラブで実施しており人気の行事である。また、ボッチャ競技も盛んになり大手・港楽・南陽・福田・福春の 5 学区は全クラブで実施している。さらに、大手学区ではラジオ体操を、神宮寺学区では歩け歩け大会を開催している。
文化・芸術・趣味・音楽分野	大手学区、当知学区、神宮寺学区のクラブを中心にカラオケが盛んである。他地域の会員も多く参加している。また、高木学区、福春学区のクラブでは手芸・絵手紙教室を開催している。
学習・講演分野	中川学区、小碓学区、福春学区のクラブでは健康講座を開催している。
交流・親睦・旅行分野	14 学区中 8 学区で学区研修旅行を実施し会員の参加が多い行事である。また、小碓学区、明徳学区のクラブでは誕生会を開催している。
地域貢献・ボランティア活動分野	「社会奉仕の日」としてほぼ全クラブが公園・道路等地域清掃を実施している。令和 6 年度の社会奉仕の日の市老連ごみ収集量全体の 15%を港区が収集しており、各クラブ熱心に取り組んでいることがうかがえる。
区老連の活動	区老連では健康づくり・仲間づくりの観点から、6 月、8 月にボッチャ大会、10 月にグラウンド・ゴルフ大会、クロリティ講習会、1 月に健康体操を開催している。文化に関する事業では、11 月に演芸大会、1 月にカラオケ大会、2 月に趣味の作品展を開催している。また 6 月、11 月に研修バス旅行を実施している。

## 【部門別】

各クラブの活動においてスポーツ、交流、地域貢献部門の取り組みが圧倒的に多いことは、クラブ活動の主旨が「健康づくり」「仲間づくり」「地域づくり」にあることを表しています。

### 健康づくり

クラブ活動への参加自体が閉じこもりの防止につながりますし、グラウンド・ゴルフやボッチャなどのスポーツ行事への参加を通じて、一層の健康保持・増進が図れます。

こうした実感があるからこそ、多くの会員が、朝早くから、また暑い夏の時季でもグラウンド・ゴルフに熱心に取り組んでいるのだと思います。

### 仲間づくり

カラオケや手芸教室などへの参加は、これまでの知識経験や趣味などを生かす機会となり、自己実現につながるとともに、行事を通して新しい仲間が作れます。

わざわざ遠くのカラオケ教室に通っているという会員の声をよく聞きますが、唄うことが楽しい、仲間と逢うのが楽しいからに他なりません。

### 地域づくり

地域の清掃や児童の登下校時の見守りなどのボランティア活動への参加を通じて、地域に貢献することができます。

社会の役に立っているという充実感は、人生の生きがいにもなります。