

# おげんきですか!

私のまちの地域支えあい情報紙

特集号

2024.1

老人クラブの魅力・再発見!

元気のクリスマス集団  
それが“老人クラブ”です!

旧小牛田町と旧南郷町が合併した当時(平成18年)、29団体あった老人クラブは、現在12団体。高齢化率と反比例するように、団体数は減少しています。

しかし、老人クラブのさまざまな活動は、①人と交流する機会、②身体を動かす機会、③笑顔になる機会、④役割を担う機会となっており、これらは閉じこもり予防・介護予防・意欲低下の防止・生きがいづくりなど、たくさんのうれしい効果があります。

11月22日(水)に行われた美里町老人クラブ連合会の研修では、その活動の効果について再確認するとともに、今後のクラブ活動の展望や課題について検討しました。“老人”クラブ…。名前に偏見を持つ方も多いようですが、その魅力を知ると元気で過ごせるだけでなく、人生がより豊かになると思います。

地域内の  
情報が  
わかる

知り合い  
が増える

広い世代  
と交流で  
小学校の花壇

自然と  
毎日の生活  
が楽しくなる

楽しみの  
土管さん!

コミュニケーション  
が増える  
(行事参加)

年寄り元氣  
で留守か  
よい

☆ **【本小牛田第一東会】**

会 長	佐々木 宗夫	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間交流</li> <li>・手芸講座</li> <li>・お茶っこ飲み会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	本小牛田コミュニティセンター等	
会員の居住地	牛飼 1 区、牛飼 2 区、町 1 区、八幡、西原	

☆ **【本小牛田第二東会】**

会 長	鈴木 輝雄	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間交流</li> <li>・健康づくり講習会</li> <li>・花の植栽</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	小牛田白寿館等	
会員の居住地	牛飼 3 区	

☆ **【素山さくら会】**

会 長	西山 重義	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の植栽</li> <li>・お茶飲み会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	素山白寿館等	
会員の居住地	素山町、藤ヶ崎町、桜木町、志賀町	

☆ **【不動堂鶴頭会】**

会 長	及川 俊洋	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の植栽</li> <li>・芋苗の植え付け</li> <li>・月例会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	シルバー創作館 鶴寿館等	
会員の居住地	峯山、志賀町、不動堂 4 区、不動堂 5 区、不動堂 6 区	

☆ **【北浦第三長寿会】**

会 長	清野 守	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間交流</li> <li>・健康講座</li> <li>・ふれあい会</li> <li>・グラウンドゴルフ等</li> </ul>	
活動拠点	大口集会所等	
会員の居住地	大口、駒米、彫堂	



☆ **【青生第一常盤会】**

会 長	富田 トクエ	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の植栽</li> <li>・世代間交流</li> <li>・健康体操</li> <li>・お茶っこ飲み会等</li> </ul>	
活動拠点	青生白寿館等	
会員の居住地	松ヶ崎	

☆ **【青生第二常盤会】**

会 長	菊地 清和	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・世代間交流</li> <li>・研修会</li> <li>・カラオケを歌う会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	梅ノ木文化会館等	
会員の居住地	的場柳原、梅ノ木	

☆ **【福ヶ袋福寿会】**

会 長	松田 正敏	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の植栽</li> <li>・教養講座</li> <li>・研修会</li> <li>・グラウンドゴルフ等</li> </ul>	
活動拠点	福ヶ袋会館等	
会員の居住地	福ヶ袋	

☆ **【赤谷長命会】**

会 長	鈴木 博	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地区清掃</li> <li>・お茶っこ飲み会</li> <li>・学習会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	谷地中公会堂等	
会員の居住地	赤井、谷地中	

☆ **【和栄会】**

会 長	大石 正敏	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・花の植栽</li> <li>・茶話会</li> <li>・研修会</li> <li>・グラウンドゴルフ、ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	佐野住宅集会所等	
会員の居住地	中二郷 2、中二郷 3	

☆ **【下二郷第二長寿会】**

会 長	森 芳四郎	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いきいき百歳体操</li> <li>・お茶っこ飲み会</li> <li>・ペタンク等</li> </ul>	
活動拠点	下二郷コミュニティセンター等	
会員の居住地	下二郷 2	

☆ **【元気クラブ】**

会 長	今野 金	
主な活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・白寿館清掃</li> <li>・お茶っこ飲み会</li> <li>・研修会</li> <li>・日帰り旅行等</li> </ul>	
活動拠点	北浦西部白寿館等	
会員の居住地	谷地、御免、関根、二又	

※「主な活動」は一部です。その他にも魅力ある活動を実施しています。また、「会員の居住地」は、現在の会員の居住地です。記載がなくても加入できる場合がありますので、ご相談ください。

詳細については、美里町社協(☎32-2940)までお問い合わせください。

教えて！鈴木会長！

# もっと知りたい！ 老人クラブの魅力とチカラ!!

私が教えましょう。



美里町老人クラブ連合会  
会長 鈴木輝雄さん

Q、美里町の老人クラブは、どんな組織ですか？



A、住民主体の組織として、健康づくりや介護予防、ボランティア、生活支援、伝承活動などさまざまな取り組みを通じて、地域社会に貢献しています。日常に楽しみができますよ。

Q、何歳から入会できますか？



A、おおむね60歳以上なら、だれでも入会できますよ。元気なうちから仲間づくりをしておくと、年齢を重ねても変わらない“つながり”になります。困った時に「困ったや〜」と言える関係は、一日では築けないからね。“元気なうちに”が、ポイントだね！

Q、私の住んでいる行政区には、老人クラブがないようだけど…？



A、2ページに会員の居住地が載っていますが、記載がなくても入会できる場合もあります。また、新たに老人クラブを立ち上げることも可能ですので、詳細については、美里町社協(☎32-2940)へご連絡ください。どのクラブも会員募集中です！

【老人クラブには、嬉しい効果がいっぱい！】

【効果】  
・介護予防、フレイル予防  
・認知症予防  
・運動習慣が身につく

**健康づくり**  
グラウンドゴルフや  
ペタンクなど

**地域づくり**

支え合い活動、  
世代間交流など

【効果】  
・困り事の解消  
・安心感  
・地域文化の伝承

**生きがいづくり**

趣味活動、  
研修会など

【効果】  
・閉じこもり予防  
・人とのつながり  
・コミュニケーション能力の維持

**仲間づくり**

定例会、  
お茶飲み会など

【効果】  
・脳の活性化  
・生活にメリハリがでる  
・意欲の向上

私のまちの地域支えあい情報紙「おげんきですか。」

表紙の写真：美里町老人クラブ連合会のみなさん

発行日 令和6年1月1日  
発行・編集 美里町生活支援体制整備協議会 【美里町・社会福祉法人美里町社会福祉協議会】  
〒987-0038 宮城県遠田郡美里町駅東二丁目17-4 (美里町駅東地域交流センター内)  
TEL: 0229-32-2940 FAX: 0229-32-5160 E-mail: misato@misato-wel.com