

災害時の助け合い活動状況

災害時の絆



- 全国のどこかで大災害が発生した場合
私たち老人クラブは、全会員に呼びかけ義援金を募るとともに、支援物資を被災地に送る活動を実施しています。

***東日本大震災の時は、多額の義援金と支援物資をいただきました。**

- 万が一の大災害の時でも、全国の仲間と深い絆で結ばれており、仲間の支援や助け合いの精神が確立しているのが、老人クラブの絶対的な強みです。

- この取り組みに賛同し、大災害があった時の心強い味方として、老人クラブの会員の立場で活躍されるよう加入を呼び掛けています。

みなさんがお住まいの地域にはクラブを紹介する事務局があります。入会やお問い合わせなど、お気軽にご連絡ください。

各区老連事務局の連絡先

青葉区老連事務局

〒981-0903 青葉区台原森林公園1-3
台原老人福祉センター内
TEL : 022-274-1229
水曜日 9:30~12:00

宮城野区老連事務局

〒983-0832 宮城野区安養寺 2-36-1
TEL・FAX : 022-291-5884

若林区老連事務局

〒984-0831 若林区沖野 7-34-43
沖野老人福祉センター内
若林区社会福祉協議会内

太白区老連事務局

〒982-0014 太白区大野田字宮脇7-4
大野田老人福祉センター内

泉区老連事務局

〒981-3131 泉区七北田字菅間38
泉中央老人福祉センター内
FAX : 022-725-6903
E-mail : s39_izumisinia@yahoo.co.jp

上記に連絡がつかない場合は

公益社団法人 仙台市老人クラブ連合会 事務局

〒980-0013 仙台市青葉区花京院1-3-2 仙台市シルバーセンター6F
TEL・FAX : 022-213-6811
E-mail : senoren@ec1.technowave.ne.jp
HP : <http://www.senoren.org/>



入会案内

充実した
生活を
送るために



公益社団法人
仙台市老人クラブ連合会

仙老連の活動について

仙老連活動の歴史

仙台市老人クラブは昭和36年に5クラブからスタート。核家族化が進み、高齢者がお互いに助け合い、生き生きと活動するための組織として立ち上げてから50年以上が過ぎた。

老人クラブは地域を中心として高齢者が活動する自主的な組織。何でも話せる仲間。一緒に活動する仲間。毎日の生活に変化や張りが生まれる。会員はおおむね60歳以上。

活動の財源は会費と仙台市からの助成金。

健康長寿の秘訣は運動 いつまでも元気に!



- 健康ウォーキング
- 健康体操



活動いろいろ



- グラウンドゴルフ
- ゲートボール ●ペタンク

未来に残そう 昔の良さを 昔の遊びを



- 昔遊んだ遊びを小さな子どもに伝えよう
お手玉、けん玉、凧揚げ、あやとり、竹馬、コマ回し、折り紙、メンコ
- 昔ながらの地域の伝統を伝えよう
七夕飾り、雀踊り、餅つき
古き良き時代を伝承しよう

認知症予防は脳の活性化! 研修会や講演会そしておしゃべり 好奇心・向上心を持つ

- 新しいことにチャレンジ ●前向きな好奇心
- 認知症予防の研修会や講演会
- 健康に生きるための講習会
- 歴史を訪ねて。研修旅行
- おれおれ詐欺などに遭わないための対策



人のためには自分のため お互いの助け合いを

昔からのことわざ

「情けは人のためならず」



きれいな地域 心もすがすがしく

- 地域（道路や河川）の清掃 ●花壇作り
- 公園の清掃・美化
- 地域がきれいであれば人々の心も和む
- 余裕がある高齢者で
よう



楽しく仲間づくり 趣味や特技を生かして

- いろいろな人と話す方が健康寿命はのびる
- 活動的だと認知症にもなりにくい
- 自分の趣味や特技を生かそう
- 一人でするより、みんなで
- カラオケ、マージャン、踊り、コーラス、手芸、囲碁、将棋、レクダンス
- サロン活動で情報交換、料理や趣味、そしてよもやま話、みんなで楽しもう!



- 自分の家で最後まで生活するために
関係機関・町内会・自治会等との連携



- 人に役立つことで自分も満たされる
- ちょっとした声掛け、見守り
それが助け合い