

笑いで、笑って、つながる場所
ふれあいセンター

ルミナみよし 1 階交流室 ☎ 258-0130

▶日時：火～木曜日 9:30～15:30



◀詳細や最新情報は公式 X (旧 Twitter) を参照。

おしゃべりしたり、一息
ついたり。ぜひ、気軽に
立ち寄ってくださいね。

ふれあいセンター
齋藤さん

01 ひとやすみカフェ



コーヒー飲みながら、お
しゃべりでほっと一息。

▶日時：毎週木曜日
13:30～15:30

02 スマホ相談



スマホの困りごとを職員
が一对一で支援！

▶日時：毎週月～金曜日
9:30～15:30

▶場所：【月・金曜日のみ】ルミナみよし 3 階
社会福祉協議会

03 カラダ塾

理学療法士と筋トレ・ストレッチで元気なカ
ラダづくりをめざします。

▶日時：毎月第 4 木曜日 11:00～11:45

04 みんなの学校

地域の人が先生になり、多彩なテーマを学ぶ。

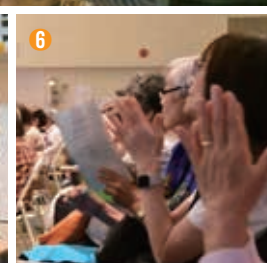
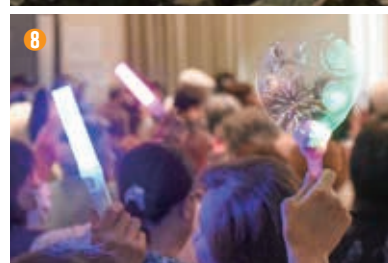
▶日時：毎月第 2 火曜日 11:00～11:45

など

中央公民館・竹間沢公民館でも
電位治療器・濡れない足湯が
利用できます



ゆったりくつろぎな
がら心もからだもリ
フレッシュ！



【写真】①～④グラウンドゴルフやワナゲなど、仲間と一緒に楽しむ老人クラブの活動。

⑤～⑧自慢の歌声や踊りを披露し、会場を盛り上げる演芸大会。

⑨老人クラブ連合会主催で消防署員を講師に迎え AED の使い方や救命処置を学びました。

⑩食事を囲みながら、仲間との会話に花を咲かせるお楽しみ会。和やかな交流の輪が広がります。

⑪老人クラブ内の女性部で郷土の伝統をつなぐ昔ながらの干し柿作り。

⑫老人クラブで小学校の登下校の見守りなど幅広く活動。



グラウンドゴルフ

シニアを 元気に楽しむ！



ワナゲ

集

会所から聞こえる
歓声と笑い声。こ
の日は、老人クラ

ブ連合会のワナゲとグラウンド
ゴルフの活動日。ワナゲのパ
ーフェクトが決まれば拍手が起
り、グラウンドゴルフを行う広
場では「ナイスショット！」の
声も飛び交います。そこには、
仲間とともに生き生きと活動す
る会員たちの姿がありました。

仲間と楽しみ支え合う

三芳町老人クラブ連合会では
「健康・友愛・奉仕」を柱に、
スポーツや演芸大会、地域での
助け合いや世代間交流など、多
彩な活動を展開。仲間と楽しむ
だけでなく、培ってきた経験や
知識を地域に生かすことも、生
きがいにつながっています。

「今日は会のある日でしょ、
朝から楽しみにしてたの」。顔
なじみの仲間と集い、笑い合う
時間は、日々の楽しみとなるだ
けでなく、互いの気に掛け、支
え合う関係も育んでいます。

「ふれセン」で広がる交流

一方、高齢者が一人でも気軽
に参加できる交流の場が、ふれ

あいセンター（ふれセン）事業
です。これまで北永井で行われ
ていた事業は、新しく開館した
ルミナみよしへ移転。図書館や
出張所への用事のついでにも立
ち寄りやすくなり、新たな講座
や活動も充実しています。
趣味や学びをきっかけに、初
めて訪れた人同士が顔なじみに
なることも。仲間とのつながり
を深める老人クラブと、新しい
出会いのきっかけをつくるふれ
あいセンター。形は違っても、
どちらも暮らしに楽しみと張り
合いを生み、地域の元気を支え
ています。

☎ 福祉課福祉庶務担当 ☎ 176

老人クラブ ～仲間がいる。だから楽しい～

仲間づくり



お楽しみ会や旅行など
を通じて、仲間との交
流や親睦を深めます。

生きがいづくり



カラオケや演芸大会、
趣味の活動を通じて生
きがいを育みます。

健康づくり



グラウンドゴルフやワ
ナゲなどで健康づくりに
励みます。

地域づくり



地域清掃やボランティ
ア、世代間交流を通じ
て地域に貢献します。

新しい仲間、待ってます！



老人クラブ連合会役員のみなさん

つながりが元気の源

仲間との交流は、新たな発見や元気の源になり
ます。培ってきた経験や知識は、皆さんの
大きな財産。年齢を重ねても、自分にでき
ることを見つけ、地域のために力を発揮し

てほしいですね。そうした活動
が日々の生きがいとなり、地域
の活力にもつながると思います。

三芳町老人クラブ連合会 会長

矢島 繁太郎さん (83歳)

