

シニアクラブ浜松市

○総人口 802,728人 ○65歳以上人口 218,947人 ○高齢化率 27.3%
○シニアクラブ会員数 22,104人 ○シニアクラブ加入率 10.1%

～シニアクラブ浜北 中瀬第六親和会～

《概況》

- ・私達、第六親和会では、地域の活性化と交通安全・防犯・防災を目的に次の活動を行っている。
 1. 子どもたちの登下校の旗振り
 2. 交通安全、消費者被害防止のための講演会の開催
 3. 高齢者の見守り活動
 4. 交通安全運動街頭指導
 5. 防災研修会講座の開催
- ・地域の安全・安心ネットワーク構築のため仲間づくり事業の形で「幸の会」、「GG会」、「中六遊遊会」を開催している。
 - ①今年度の「幸の会」開催実績及び予定 内容
 1. 令和元年6月24日 実施
 2. 令和元年10月29日 実施
 3. 令和2年2月20日 予定内容：演芸公演、講演会、ゲーム（輪投げ、グラウンドゴルフ、カラオケ、ブローゴルフ、ビンゴ）、懇親会等を開催し、地域での日常生活を楽しく元気に過ごせる様、様々な工夫を凝らした会
 - ②GG会（グラウンドゴルフ）毎週水・土・日の3回実施し第3日曜日は大会を開催している。
 - ③中六遊遊会 月2回の実施（不特定日）

浜松市が行っている健康寿命延伸のためのロコトレを中心にした健康づくり事業です。体を動かし大きな声を出して楽しく健康づくりをしましょう。

 1. ロコモーション体操
 2. カラオケ、コーラス
 3. 輪投げ
 4. 室内ミニグラウンドゴルフ
- ・そのほか、自立体力測定を行っています。
 1. 浜松市社会福祉協議会の協力で行う 体力測定
 2. 地域包括センターの協力で行う 健康体操

《成果》

○地域の活性化と安全・安心ネットワークの構築

- ・交通安全・振り込め詐欺は「幸の会」でスライドショーとして実施 43 名の参加があり交通安全・防犯意識を再認識することが出来た。
- ・登下校での子ども見守り月 1 回の街頭交通安全指導が実施できた。
- ・地域の神社の清掃活動には 38 名が参加してくれた。
- ・地域の広場の整地を行い、グラウンドゴルフ、運動会ができる広場を整備できた。
- ・浜松市危機管理課の講師をお招きし、6 月 14 日 協働センターで防災講座を開催した参加者 21 名

○自立体力測定

- ・社会福祉協議会の協力で自立体力測定を実施できた。各個人の現在の体力を認識してもらうことで、今後の個々人の目標、改善を継続して目指してもらいたい。

○それぞれの会の成果

- ・「幸の会」は、ゲームに商品が出ることで毎回 35～40 人の参加者があり、皆さん楽しみにしている。大事な事業だが、内容に苦勞する。
- ・「中六遊遊会」は、親和会全員の参加ではないので会員の増員がもう一つの目標、現在 20 名で女性の参加が多い。逆に「GG 会」は 18 名の殆どが男性、いずれもロコモーション体操を行い状況に応じて、歌を全員で歌っている。毎回同じ内容にならないよう注意している。

《今後の方針》

- まずは、親和会の活動を地域の皆さんに知ってもらい、高齢になったら親和会の会員にと言ってもらえるような活動をしていきたい。
- 「幸の会」現在年 3 回の開催を 4 回に増やしたい。内容を工夫し、会員が一人でも多く参加できるよう、社会福祉協議会、包括センター、シルバー人材センターなどと協力し、元気に楽しめる会としたい。
- 「中六遊遊会」現在常時参加者 8～10 人会員数 20 名だが。常時参加 15 人会員数 30 名を目標に頑張りたい。「やりたいことは、やっておく」「食べたいものは食べておく」「逢いたい人に逢っておく」「ゆきたいところに行っておく」足腰立って元気なうちにを目標に頑張っていきたい。
- 「GG 会」週 3 回の活動には満足しているが、地区大会、市の大会、県の大会へも一人でも多く参加できるよう内容をもう少し充実させ、大きな目標をもって会員増強をめざしたい。

【活動の様子】

