

老人クラブ紹介

高齢者

凡例 日時 場所・会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ 検索 ページ番号 検索 FAX ファックス メール 託託あり 主催・共催 注意事項

# 老人クラブと一緒に活動しませんか

## 老人クラブの魅力は

地域に新しい仲間ができる

健康の維持・増進になる

知識や経験を活かせる

社会活動への参画と貢献ができる

心の安らぎ、充実感が得られる



芸能大会

おおむね60歳以上で入会希望の方は、直接下表の各クラブ会長へお問い合わせください。  
新たにクラブの設立を希望する方、老人クラブに関しては高齢福祉課までご連絡ください。



運動会

手芸教室

クラブ名(組織地域*) 会長名・電話番号☎(042)	クラブからのメッセージ	クラブ名(組織地域*) 会長名・電話番号☎(042)	クラブからのメッセージ
本多南寿楽会(本多1・2) 堀川 弘 322-6621	明るく元気で過ごそうの合言葉で、軽スポーツや小旅行などを実施し楽しんでおります。そしてひとりにさせない活動を実施するための連絡体制強化「こんにちは運動」により、会員の日々の状況を把握するように努めております。	北の原厚生会(東恋ヶ窪6) 小野寺 清治 324-3619	当クラブの会員は東恋ヶ窪六丁目・近隣の居住者で、趣味や運動などのサークルで会員同士が交流しながら充実した日々を過ごしております。また、防犯パトロールなどの社会貢献活動も行っております。新規入会者大歓迎です。
本多三北交友会(本多3北) 町田 茂 301-3913	当会は発足して14年余り、本多三丁目北を管轄区域にして、会員50名の活動クラブです。主な活動は同北所在のほんだ保育園遊戯室の休園日を活用させていただき、諸活動を本多5クラブと協調しながら楽しく活動しております。	西恋松寿会(西恋ヶ窪) 神永 貞信 321-6473	地域の多くの方が「顔見知りになり」、「気軽に話しかけたり」、「楽しい思いを分け合ったり」といったコミュニケーションづくりの懇話会と認知症予防や体力の低下を防ぐための体操や麻雀などの部活動をしています。
本多新西寿楽会(本多3南) 渡辺 仁 322-4312	当クラブは本多三丁目が主な活動場所です。地区高齢化の進展もあり、会員の募集を行っています。家にこもらず健康維持と楽しい生きがいを求め、様々な活動交流を行い外出困難な方は友愛訪問で楽しめ、老後の人生、健康で楽しく。	友愛会(泉町3) 野口 誠一 323-2278	「ひとりにさせない!ひとりにならない」を合言葉に友愛活動を行っています。毎週1回カラオケ、ゲートボール、年4回お誕生日会、市老連主催の旅行、芸能大会、生き生き体操など交流を深めています。
本多北四季の会(本多4) 押野 貞吉 301-6736	本多公民館と本多八幡社公会堂を拠点として本多5連合町会と親睦を図りながら、僅か30名の会員で社会奉仕活動、健康増進、生きがいを高める活動をしています。	西戸倉長生会 (戸倉3、日吉町1・2) 江口 八重子 572-8885	皆様お元気で過ごしてですか。私達の会では、カラオケ、合唱、健康体操、輪投げ、民謡、防災訓練、友愛活動などに力を入れて活動しております。皆様宜しくお願い致します。
本多東寿楽会(本多5) 山崎 守正 301-1439	市内本多五丁目居住者主体の会員数48名のクラブで、75歳以上が90%を占め、地元自治会、市老連、東老連の事業への参画を中心として活動しています。会員の高齢化が進み、若返りが最大課題です。	中戸倉長生会(戸倉、東戸倉) 武藤 清仁 575-3104	当クラブは解散したクラブを再興し、高齢者の福祉と健康の増進を目指して、グランドゴルフやカラオケなど、会員相互が親睦を深め楽しく活動しています。特に歌集を作り歌を唄い、またポッチャに力を入れて頑張っています。
南寿会(南町2・3) 笠井 和子 324-8245	国分寺駅南口駅前地域で活動しています。特徴は①楽しく活動する②認知症予防体操は体操と脳トレを組み合わせたもの③初心者麻雀です。ルールを簡略化し、誰でも出来るようにしています。見学にお越しください。	平和台快生会(戸倉1) 坂本 喜久子 323-2467	市役所から北に歩いて数分の都営住宅が拠点です。高齢化で、今は会員の半分以上が近隣に住む方々です。家族的でおだやかな会です。一笑一若、笑って楽しく助け合って、人生の晩年がキラキラ輝く日が多くなるよう活動しています。
東元町明寿会(東元町1) 渡邊 泰行 325-3701	老人クラブ「東元町明寿会」は東元町一丁目地域の福祉活動です。歴史は古く50年を超えています。介護予防を目的としたクラブ活動には小物づくり、体操、輪投げ、カラオケなどがあります。「おしゃべりサロン」も開始予定です。	共益東長寿会(並木町1・2、北町1・2・5、新町1・2) 渡邊 幹夫 323-7589	健康づくりや友愛訪問・社会奉仕活動を実施。定例会：毎月1回 会場：北町神明社事務所 催し：研修会・誕生会・新年会・敬老会・合唱・旅行・歩こう会など サークル：カラオケ・ペタンク・ポッチャなど
あけぼの会(東元町2) 小柳 文男 324-6730	笑顔の絶えないあけぼの会。当会は主に東元町・西元町地域住民で構成され、特徴的な活動はポッチャの普及、季節料理教室として、山形風芋煮会やうどん作りなど楽しい行事を多々行っております。乞う新しい方の参加を。	共益長寿会(並木町3、北町3・4、新町2・3) 渡邊 由紀子 301-3062	当会は令和5年2月に60周年を迎えます。五日市街道を中心とした新町2・3丁目、並木町2・3丁目、北町3・4丁目と広い地域の方が入会しています。並木公民館と北町地域センターでカラオケ、輪投げ、誕生会や敬老会などの催しものを行っています。
しあわせ会(東元町3・4) 谷口 和典 321-1733	毎朝先生の号令で体操を行っています。8:30スタート、ラジオ体操第一・第二を中心に約15分間ずっと続けています。会員相互のコミュニケーション、健康増進と毎日楽しんでいます。	富士本一三三会(富士本) 水村 勇 575-2457	富士本一三三会は60歳以上の方ならどなたでも入会できます。主な活動は①健康の維持②学習・趣味③社会奉仕・友愛④地域社会との交流など。会のモットーは「明るく、楽しく、元気よく」と魅力あるシニアクラブです。本会に入会大歓迎。
国分寺生きがいクラブ 東南会(東元町3) 稲津 耕 ☎(080)9510-0355	国分寺市で最も古い老人クラブの1つとして発足し、活動しております。高齢者が孤独にならないように楽しく生きがいを感じる活動を行っております。自分はまだ元気、高齢者の支援を行いたいという方も歓迎です。	光寿会(光町) 川久保 ヤエ 502-6996	毎週月曜日にペタンクと輪投げに集まり、青空の下で身体を動かして、終了後はお茶とおしゃべりを楽しんでいます。不定期ですが近隣の名所旧跡の散策もしています。光町の皆様、笑顔あふれる光寿会にご入会ください。
北松風会(西元町2) 遠藤 善博 324-2863	仲良く、楽しく、元気よくをモットーに刺繍をしながらのお茶会、カラオケ・囲碁・麻雀・輪投げ・ペタンクなどで親睦と健康をはかり、心豊かな生きがいのある人生をめざしています。会員を大募集しています。	高木長寿会(高木町) 中島 登 577-0863	健康で楽しい会づくりを目指し、高木八幡宮集会所を拠点に運動系3種、文科系7種で部活動しています。入会前体験も出来ます。今あるものを最大限に活用する目標を掲げて、生きる喜びと未来を共に歩みましょう。
くろがね友和会(西元町4) 岩佐 浩一 323-2563	健康は自らつくるを合言葉に10の筋力体操とペタンク、輪投げなどの娯楽競技を組み合わせた活動を継続。また、社会奉仕の日を定めて地域の清掃や、自治会と一緒に夜間パトロールを行っています。参加者募集中。	西町百寿会(西町) 野崎 勝 502-7680	西町百寿会は市の西端、立川市に接し、南北2Km余り弁天通りに沿い一部は「けやき台団地」の一角を成し、長く広い地域のクラブです。会員数は72名です。会員増強に努力中。
東恋ヶ窪けやき会 (東恋ヶ窪2・3・4・5) 上島 忠俊 321-2609	当会はほとんどの会員が75歳以上です。人生経験の素晴らしい人達です。会の集まりでは座を作り話し合っています。昨今は認知症が進んでいます。当会では近所の友達の家へ歩いて話を進めています。歩く事は健康に最高に良い事です。	内藤日吉シニアサロン (内藤、日吉町) 中澤 善四郎 574-0605	内藤地区と日吉町地区の高齢者が、内藤地域センターで活動しているサロンです。サロンは会員の皆様が健康維持(健康寿命の延長)と知的欲求を満足していただけることを目的に活動しています。

(\*) 町名の後の数字は丁目

→高齢福祉課 ☎(042) 321-1301

### 消費者被害にあわないための悪質商法撃退キャラバン国分寺

①10月13日(木) 14:00~15:15 国分寺駅北口駅前広場

②27日(木) 14:00~15:30 並木公民館

高齢者を狙った振り込め詐欺や悪質な訪問販売などの消費者被害防止に役立つ講話や消費者問題を啓発する寄席で、分かりやすく楽しく解説します。高齢者の方だけでなく、ご家族・地域の方も一緒に学んでみませんか。

定①20人②15人※先着順 無料 申9月15日(木)~電話で①地域包括支援センターほんだ ☎(042) 300-2339  
②同センターなみき ☎(042) 300-3702へ 協力市権利擁護部会(地域包括支援センター・市社会福祉協議会・市障害者基幹相談支援センター・市)・小金井警察署

→高齢福祉課 ☎(042) 321-1301

