

# シルバークラブ入会のご案内

楽しくのびそう

けん こう じゅみょう  
健「幸」寿命



## シルバークラブってなに？

シルバークラブとは・・・地域に密着した高齢者の自主的に運営している団体です。

### 活動の目的

仲間づくりを通して、健康増進活動や地域活動と一緒にいき、長寿社会づくり、明るい地域づくりに貢献します。

### 会 員

入会を希望する方で60歳以上の方が対象となります。

### 組 織

日頃から顔が合わせられ、移動が負担にならない小地域の範囲での組織を勧めています。  
クラブの規模はおおむね30人以上を基準としています。



## 入会するとこんないいこと

### 趣味・生きがいつくり

スポーツや趣味を通して、豊かなシニアライフを過ごせます。

### 健康づくり

スポーツや健康教室等で体を動かすことにより、転倒防止や健康増進につながります。



### 仲間づくり

クラブ活動を通じて、幅広い年代の方と交流を深めることができます。

### 地域貢献

奉仕活動や登下校の見守り活動など地域活動の担い手となります。

常総市シルバークラブ連絡協議会

# 常総市シルバークラブ連絡協議会

シルバークラブ連絡協議会（シク連）とは、各地域で活動するクラブの連合会です。

常総市では、令和5年現在、36クラブ約1360人の会員がいます。

シク連では、地域の垣根を超えた会員相互の交流・親睦をはかる事業や、健康長寿のために、認知症予防の体操や講座、会員のためになる研修会を行っています。



仲間と一緒になら

きっと楽しい。

## クラブに参加したい・入会したい

お近くの方やお知り合いの方でクラブ会員の方がいらっしゃいましたら、その方を通じてご加入ください。自宅近くにクラブがあるかわからない、会員の方がわからない場合は、事務局までご相談ください。

## クラブを作りたい・相談したい

住んでいる地区でクラブを作りたい、立ち上げを手伝ってほしい場合は、事務局までご連絡ください。職員が訪問して、立ち上げや活動を支援します。



## クラブ活動のお手伝い

クラブの活動に、レクリエーション用具を貸出します！

希望するクラブは下記連絡先まで、日時・場所・借りたい用具をご連絡ください。使い方がわからない場合は職員が指導に行くことも可能です。



ボッチャ



輪投げ



グラウンドゴルフ



オーバルボール



各種脳トレグッズ



常総市シルバークラブ連絡協議会事務局（常総市社会福祉協議会）

〒300-2792 常総市新石下 4365 石下総合福祉センター内

TEL 0297-30-8789 FAX 0297-30-8790