

いきいきクラブ青森 令和5年度事業計画

I. メインテーマと宣言事項の実践

1. メインテーマ

「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

<健康寿命>

- 健康寿命をのぼし、自立した生活、生きがいある生活の実現を目指します。
- 仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組みます。

<地域づくり>

- 他世代や関係団体と連携し、安全・安心の住みよい地域づくりを目指します。
- 元気高齢者の知識・経験・活力を活かす場所づくり・機会づくりを広げます。

2. 宣言事項の実践

老人クラブの発展向上と高齢者保健福祉の増進に寄与することを目的に結成された全国老人クラブ連合会は、創立60周年の記念の年を迎えました。

戦後の混乱と激動の世相のなかにあって、“高齢期の幸せは高齢者自身の手で創り出そう”を合言葉に誕生した、私たち老人クラブは、会員の意欲と行動、住民の励ましと協力、国や地方自治体の理解と支援のもと、全国にネットワークを有する高齢者組織に至るまで発展してきました。

この間、老人クラブでは、同世代の人々に参加を呼びかけながら、「健康づくり」「支え合いづくり」「生きがいづくり」「地域づくり」をめざして、多彩な活動を展開するとともに、年金、保健、医療、介護、福祉など、高齢者を支える制度や施策の充実発展に向けた取り組みを進めてきました。

少子高齢化と人口減少が進行していくなかで、わが国の活力を維持し、すべての世代が輝ける地域共生社会を築きあげていくためには、私たち高齢者もその一翼を担っていかなければなりません。

よって、本日ここに集う全国の老人クラブ代表者は、これまでの先人たちの歩みに思いを寄せ、新たな一步を踏み出すことを誓い、次の取り組みを実践していくことを宣言します。

全国老人クラブ連合会創立60周年記念 全国老人クラブ大会

- 一、健康長寿をめざす「健康活動」の推進
- 一、暮らしを見守る「支え合い活動」の展開
- 一、高齢期を豊かにする「生きがい活動」の充実
- 一、あらゆる世代と連携した「地域貢献活動」の推進
- 一、高齢者の尊厳が守られる「社会保障制度」の確立

(令和4年11月8日)

II. 本県における取り組みの重点

1. 老人福祉法制定 60 周年の取り組み

昭和 38 年に制定された「老人福祉法」は、本年 60 周年を迎える。

老人クラブは、同法（第 13 条第 2 項）において“老人の福祉を増進することを目的とする事業を行う者”として位置づけられており、地方公共団体に対しては“適当な援助をするように努めなければならない”と定めている。

老人福祉法制定 60 周年を迎えるにあたり、その目的や理念を再認識するとともに、老人クラブ活動の意義を広くアピールする取り組みを行う。

2. ウィズコロナを見据えた老人クラブ活動の推進

長期化するコロナ禍における感染予防と会員の健康保持・増進の両立を図るとともに、ウィズコロナの社会変容を見据えた取り組みを推進する。

(1) 「新しい生活様式」に基づくクラブ活動の普及

① 3密（密閉・密集・密接）を避ける計画・運営の工夫

行事の分散化（少人数・複数回）・短時間化、会場内の換気、使用器具の消毒、会議・研修会におけるリモートの導入など

② 参加者への感染予防対策の周知徹底

当日の健康状態の確認（体調・検温）、マスクの着用、人との間隔、手指消毒など

③ 熱中症の予防対策

こまめな水分補給、人との距離を確保したマスクの取り外しなど

(2) 自宅でできる身体と心の健康づくりの呼びかけ

① 運動や体操、栄養バランスの取れた食生活、歯・口腔の健康管理など

② 電話や手紙・オンラインを活用した仲間や友人との交流、趣味・関心ごとへの積極的な取り組みでの気分転換など

3. 会員増強への取り組み

老人クラブの意義や有効性への理解を深め、健康づくり・介護予防活動や友愛活動などの活動をとおして会員増強の取り組みを推進する。

4. 高齢者の健康づくり・生活支援活動の推進

現在、国では、誰もが住み慣れた地域で、生きがいをもって暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現を目指している。関係機関や団体等が一体となってすすめるこの取り組みにおいて、老人クラブではこれまでの活動の実績を活かし、健康寿命の延伸と地域における支え合い活動のすそ野を広げるため、積極的に次の活動に取り組むこととする。

<健康づくり>

- 健康を保持・増進するフレイル（虚弱）予防活動
（運動、栄養、社会参加を柱とした学習と実践）

<生活支援>

- 友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動
（多様な生活支援・通いの場づくり、見守り支援、健康づくり支援、情報伝達支援）

Ⅲ. 主要な活動目標

1. 組織活動の充実・強化に向けた取り組みの推進

- (1) 老人クラブの意義や有用性への理解を深める取り組みの推進
- (2) 健康づくり活動や友愛活動などの活動をとおした加入促進
- (3) 解散（休会・休眠）クラブの防止と支援体制の強化
- (4) 高年、女性、若手会員の個別・連携した活動の推進
- (5) 「老人の日・老人週間」（9月15日～21日）での組織活動の推進

2. 高齢者を地域で支えるしくみづくりに資する「全国三大運動の推進」

- (1) 健康活動
 - ①健康を保持・増進するフレイル（虚弱）予防活動の推進
 - ②「いきいきクラブ体操」「高齢者向け体力測定」「健康ウォーキング」の推進
- (2) 友愛活動
 - ① 友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動の推進
 - ② 地域高齢者担い手事業の実施
- (3) 奉仕活動
 - ①「社会奉仕の日」一斉奉仕活動の推進
 - ② 高齢消費者被害防止に向けた学習・支援体制づくり

3. 制度・政策、高齢者に係る課題等の学習・実践

- (1) 老人クラブの組織強化・活動への理解促進と予算の確保
- (2) 社会保障制度の学習と提言・提案活動

4. 会員の安全対策と連帯意識の高揚

- (1) 「老人クラブ傷害保険」「老人クラブ賠償責任保険」の普及拡大
- (2) 「老人クラブ会員章」の普及拡大

IV. 事業実施計画

I. 公益目的事業

<高齢者の活動の活性化及び福祉の増進に関する事業>

1. 健康福祉大学校の開設

老人クラブ活動等のより一層の活性化を図るとともに、高齢者の健康づくり等を推進することにより、明るい長寿社会の実現と保健福祉の向上に資するため、健康福祉大学校を開校するものである。健康づくりをはじめとした地域活動を推進する総合的なリーダーを養成する。

- (1) 名称 第28期青森県老連健康福祉大学校
- (2) 主催 当連合会、開催地老連
- (3) 場所 3ヵ所
- (4) 内容 日頃の健康管理、救命講習、高齢者向けの体力測定、老人クラブ活動の現状と課題等
講師はテーマに応じた専門家（医師、歯科医師、消防士等）を招へい。

2. 地域福祉推進事業

高齢者の地域福祉の充実や生きがいづくり、地域における支え合い、暮らしの安全・安心を目的とする。

(1) 高齢者相互支援推進啓発事業

県内の高齢者を対象に、健康づくり、生きがいづくり、生活の安全・安心等をテーマにした研修会を開催する。

広く県内の高齢者が参加できるよう、県内の公民館、市民センター、図書館等の公共施設にチラシを配布する。

(2) 高齢者地域活動支援事業

組織活動の基盤となる会員増強に向けての運動を実施する。

内容 ① 若手高齢者推進委員会・研修会の開催

② 各市町村老連への指導

(3) 高齢者ICT支援事業

現代の生活において欠かせない技術に、インターネットが挙げられる。パソコンやスマートフォンなどの情報端末機器を用いてインターネットを利用することで、様々な情報を得たり、家族や友人、会員と連絡を取り合

ったりすることは、日常生活において身近になっている。

正しく利用でき、かつ、トラブルに合わないための講習会等を実施する。

※ICT(情報通信技術)…パソコンだけでなくスマートフォンなど、様々な形状のコンピュータを使った情報処理通信技術(例:スマホ教室、リモート会議など)

(4) 老人クラブ事務手続き等支援事業

地域の担い手として期待されている老人クラブが、会員の高齢化に伴い、各種事務手続きの煩雑さから活動の継続が難しくなり、休止や解散へととなっている。休会クラブや解散クラブ等の防止について、各種事務手続き等を支援するため研修会や指導会等を開催する。

- 内容
- ① 説明会及び講習会の開催
 - ② 事務お助け隊養成講座の開催
 - ③ 事務お助け隊巡回指導の実施
 - ④ 各市町村老連での指導会の開催

(5) 地域高齢者担い手育成事業

当連合会で主催している健康福祉大学校の卒業生や県内の老人クラブ会員等が「つどいの場」の立ち上げに参画する等、地域の担い手として活躍できるための研修会や支援等について実施する。

- ① 主催 当連合会
- ② 場所 40ヵ所程度
- ③ 内容 交流サロンや趣味サークル、健康教室、介護予防教室など開催。声かけ、安否確認、見守り、話し相手などの活動。

(6) 高齢者のフレイル予防推進事業

新型コロナウイルスの影響で、老人クラブ活動の自粛や外出自粛、医療機関の受診控え等によって、高齢者が活動低下状態に陥ることでフレイル(虚弱)になることが懸念されている。フレイル予防に関する研修会や啓発活動を実施する。

- 内容
- ① 「つどいの場」充実支援のための情報交換会の開催
 - ② つどいの場等での高齢者向け栄養改善研修の開催

3. 広報・普及啓発情報提供事業

高齢者の暮らしの安全・安心を図ることを目的とする。

(1) 広報誌「県老連」の発行（2回）

県警本部、県消費生活センター等と連携し、高齢者の交通安全対策、詐欺商法対策、盗難防止対策、自殺予防対策に関する情報を提供するとともに、本会主催の研修会・大会等の参加者の募集等を掲載する。

(2) ホームページの作成

広報誌の内容と同様の内容で、ホームページを作成して情報提供する。

(3) スタッフジャンパー及びベスト、のぼり旗の貸し出し

地域で活動している老人クラブ活動のさらなる活性化を図るため、スタッフジャンパー及びベスト、のぼり旗を貸し出しする。

(4) 老人クラブ活動支援カレンダーの作成・配布 **新**

地域で活動している老人クラブ活動の周知を図るため、活動写真を掲載したカレンダーを作成し、配布する。

Ⅱ. 収益事業等

<その他の事業 相互扶助等事業>

1. 青森県老人クラブ芸能発表大会の開催

老人クラブ会員の生きがいと健康づくりを推進するため、当連合会が毎年開催している事業である。各郡市町村老人クラブ連合会から歌、踊り、寸劇などの芸能を募集し、開催する。

- ① 期日 令和5年9月28日（木）
- ② 場所 青森市 リンクステーションホール青森
- ③ 内容 県知事表彰及び県老連会長表彰授与式
芸能発表

2. 老人クラブ活動推進事業

各種会議の開催、ブロック会議への参加を通じて、組織間の連携を図る。

(1) 都道府県・指定都市老連代表者会議

令和6年2月1日（木）～2日（金）（東京都）

(2) 都道府県・指定都市老連常務理事・事務局長会議

令和5年7月26日（水）（東京都）

(3) 北海道・東北ブロック老連会長・事務局長会議

令和5年6月22日（木）～23日（金）（札幌市）

(4) 北海道・東北ブロック老連活動推進員担当者会議の開催

令和5年11月21日（火）～22日（水）（青森県）

(5) 東北ブロック老人クラブリーダー研修会

令和5年7月13日（木）～14日（金）（宮城県）

(6) 第35回全国健康福祉祭えひめ大会

令和5年10月28日（土）～31日（火）（愛媛県松山市他）

(7) 第52回全国老人クラブ大会

令和5年11月8日（水）～9日（木）（秋田県）

3. 顕彰の実施

長年にわたる活動の功労者や優れた取り組みを顕彰する表彰や、活動賞等の進達を実施する。

＜県老連＞

(1) 知事表彰

対象 老人クラブ育成功労者、優良老人クラブ
優良市町村老人クラブ連合会

(2) 県老連会長表彰

対象 老人クラブ育成功労者、優良老人クラブ
在宅ねたきり高齢者の介護者（特別顕彰）
永年理事・評議員・監事（特別感謝）

＜全老連＞

(1) 全国老人クラブ連合会会長表彰

対象 老人クラブ育成功労者、優良老人クラブ
優良市町村老人クラブ連合会、老連永年勤続職員

(2) 活動賞

部門 健康づくり活動、ボランティア活動、その他
対象 単位老人クラブ、市町村老人クラブ連合会

4. 老人クラブ組織の実態把握と市町村老連の体制強化に向けた検討への協力 **新**

全国老人クラブ連合会では、老人クラブの組織や活動等の実態を把握するとともに、各クラブへの活動支援、クラブの新設や休会・解散防止など、その取り組みの中核を担う市町村老連の体制強化に向けた検討を行う。

(1) 老人クラブ実態調査の実施

今後の活動展開に資するため、単位老人クラブ及び市町村老連を対象に組織体制や活動内容等に関する調査を行う。

調査対象：単位老人クラブ、市町村老人クラブ連合会

調査内容：組織体制・運営・財政・活動等に関すること

(2) 市町村老連の体制強化に向けた検討

全老連政策委員会を中心に、市町村老連の現状及び課題を明らかにするとともに、その体制強化策について検討を行う。

