

いきいきクラブ青森 令和 7 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

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

<健康寿命>

○健康寿命をのばし、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

わが国は、少子高齢化・人口減少が急速に進み、団塊の世代が 75 歳を迎える 2025 年を目前に控えて、本格的な超高齢社会を迎えています。こうしたなか、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」の実現に向けた取り組みが進められています。

さらに、今年、孤独や孤立に悩む人を誰ひとり取り残さない社会づくりを目指した「孤独・孤立対策推進法」と、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って地域で暮らすことを目的にした「認知症基本法」が施行されました。こうした社会目標は、私たち老人クラブの活動と軌を一にするものといえます。振り返ると、私たちは、戦後一貫して地域での支え合いを主体的に行い、多彩な活動を展開して、時に喜びを分かち合い、時に災害など困難を共に乗り越えてきました。それゆえ、これまで取り組んできた仲間づくりや支え合いの活動実践に誇りを持ち、これを活かして、孤独・孤立の防止、認知症の正しい知識・理解の普及などに地域の関係団体等と連携・協働して一層推進することに努めてまいります。

また、昨年 1 月 1 日に発生した能登半島地震においては、全国の仲間からたくさんの方の友愛の心が寄せられました。今、高齢化の著しい被災地で、我々の仲間や多くの高齢者が頑張っています。毎年のように繰り返される災害を乗り越え、復興の一助とするために、私たち老人クラブの日頃の仲間づくりや地域との幅広いつながりを大切に育んでいきましょう。

第53回全国老人クラブ大会宣言

- 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、すべての人々の尊厳が守られる「社会保障制度」の確立

(令和6年11月21日)

Ⅱ. 本県における取り組みの重点

1. 「地域共生社会」の実現に向けた取り組みの推進

本年、団塊の世代(昭和22年～昭和24年生まれ)すべての人が75歳を迎え、「2025年問題」と言われる本格的な超高齢社会が到来した。

このような状況の中、昨年政府は、「高齢社会対策基本法」(平成7年施行)に基づき、国が推進する高齢社会対策において、中長期にわたる基本的かつ総合的な指針となる『高齢社会対策大綱』を6年ぶりに見直した。

見直された大綱では、高齢社会対策を高齢者を支えるための取り組みだけでなく、高齢者の割合が大きくなっていく中で持続可能な社会を築いていくための取り組みとして位置づけ、高齢化に伴う社会的課題に対応し、すべての世代が満ち足りた人生を送ることのできる社会を目指している。

そのための基本的な考え方として、「年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられる経済社会の構築」「一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築」「加齢に伴う身体機能・認知機能の変化に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築」の3点を掲げ、取り組みを推進することとしている。

今後、こうした考え方に沿って高齢社会対策が展開されていくこととなるが、同じく昨年施行された「孤独・孤立対策推進法」や「認知症基本法」の取り組みとともに、それぞれの地域において多様な主体が連携・協働しつつ「地域共生社会」の実現に向けた取り組みを進めていくことが求められる。

老人クラブにおいては、この大綱や両法の趣旨・理念を踏まえ、誰もが住み慣れた地域で、生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現に向け、次の重要課題について取り組みを推進する。

(1) 高齢者の孤独・孤立を防ぐ仲間づくり活動の展開

老人クラブ活動の意義や有効性について、広く地域の人々に周知を図るとともに、高齢者の孤独・孤立を防ぐため、声かけや支え合い活動、健康づくり活動など具体の活動への参加を呼びかけ、仲間づくりをすすめる。(5月は「孤独・孤立対策強化月間」)

(2) 認知症の正しい知識・理解の普及と認知症の人やその家族の暮らしを支える取り組み

認知症になっても安全で安心して暮らしていける地域づくりに向け、認知症や認知症の人に対する正しい知識・理解を普及するとともに、認知症の人やその家族の暮らしを支えるため、認知症サポーター養成講座の受講促進、認知症に関する学習会やネットワークへの参加、見守りや声かけ、サロンや趣味活動への誘いかけなどに取り組む。

(3) 関係団体等と連携した生活課題・地域課題への対応

保健・医療・介護・福祉等の基盤確保、建物・移動・情報通信等のバリアフリー、防犯防災・事故防止等の安全対策など、高齢化や都市化・過疎化によって顕著化する様々な生活課題・地域課題に対し、地方公共団体、町内会・自治会、社会福祉協議会、民生委員・児童委員、地域包括支援センター、警察・消防など関係機関・団体と連携・協働して、それらの解消に向けた取り組みを進める。

2. 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として会員増強の取り組みを推進する。

3. 高齢者の健康づくり・生活支援活動の推進

高齢期を健康で互いに支え合いながら暮らしていくことは、高齢者自身の幸せのみならず、医療や介護、福祉など社会保障制度の健全な発展にも寄与するものである。人口減少と少子高齢化が進行する今日、高齢者自らが健康づくりや支え合い活動に関心を寄せ、仲間とともに実践していくことは、きわめて意義のあることだと言える。

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」のメインテーマのもと、これまでの活動の実績を活かし、健康づくり・生活支援活動のすそ野を広げるため、積極的に次の活動を推進する。

<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) 女性リーダー、若手リーダーの養成
- (4) 解散（休会・休眠）クラブの防止と支援体制の強化
- (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「高齢者向け体力測定」「健康ウォーキング」「ニュースポーツ」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高齢者の孤独・孤立を防ぐ仲間づくり活動の展開

全国民生委員児童委員連合会、全国社会福祉協議会、全国老人クラブ連合会主唱「孤独・孤立対策強化月間」の推進（5月1日～31日）

- ③認知症の正しい知識・理解の普及と認知症の人やその家族の暮らしを支える取り組み
- ④つくる・つながる・つどいの場活性化事業の実施

(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30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、レクリエーション活動、高齢者向けの体力測定、ニュースポーツ講習、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、健康運動指導士等）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等を配布する。
- (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。

(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 アンケート調査の実施

(5) つくる・つながる・つどいの場活性化事業

新型コロナウイルスの影響が長期化しており、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。また、老人クラブが実施する「つどいの場」等に、移動手段がなく、高齢者の「足確保」の取組みについて、モデル地区を選定して実施する。

- 内容 ① 「つどいの場」充実支援のための情報交換会等の開催
② 老人クラブ等送迎の取組支援モデル事業の展開

(6) 老人クラブ良好活動先視察研修の実施 (新)

老人クラブ活動のさらなる活性化を図るため、良好活動先の視察研修を実施する。

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冊子の作成・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、老人クラブ活動の支援冊子を作成する。会員及び非会員の地域住民が参加しやすいようにバス送迎温泉施設の情報を掲載する。

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7年9月30日（火）
- ② 場所 青森市 リンクステーションホール青森
- ③ 内容 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8年2月4日（水）～5日（木）（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7年7月30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7年4月17日（木）～18日（金）（宮城県）

（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7年11月27日（木）～28日（金）（秋田県）

（5）東北ブロック老人クラブリーダー研修会

令和7年7月17日（木）～18日（金）（福島県）

（6）第37回全国健康福祉祭ぎふ大会

令和7年10月18日（土）～21日（火）（岐阜県）

（7）第54回全国老人クラブ大会

令和7年11月5日（水）～6日（木）（茨城県）

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
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、女性リーダー育成功労者、
若手リーダー育成功労者、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. 単位老人クラブ、市町村老連の体制強化策に向けた検討

全国老人クラブ連合会で実施した老人クラブ実態調査の結果を基に、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会等を実施する。

(1) 老人クラブ在り方検討会の開催

(2) 名称について

Ⅲ. その他法人の目的を達成するための事業

1. 法人・組織の運営

(1) 役員会の開催

- | | |
|-------------|---------------|
| ① 理事会の開催 | 令和7年5月予定 |
| | 令和8年2月予定 |
| | (※必要に応じて随時開催) |
| ② 評議員会の開催 | 令和7年6月予定 |
| | 令和8年3月予定 |
| ③ 監事会の開催 | 令和7年5月予定 |
| ④ 正副会長会議の開催 | (※必要に応じて随時開催) |

(2) 法人事務の遂行

- ① 財務の管理運営、経理事務の遂行
- ② 法人運営事務の遂行

2. 学習・活動教材の普及・配布

老人クラブの運営や活動に資するための学習・活動教材を普及・配布する。

- (1) 老人クラブ活動日誌・老人クラブ会計簿・老人クラブ手帳
(2) 老人クラブリーダー必携等

3. 関係団体との連携

高齢者の保健福祉の増進に資するため、青森県や社会福祉協議会・保健・福祉・医療・介護等関係機関や団体との連携につとめる。

- (1) 全国老人クラブ連合会との連携
- (2) 長寿社会振興センターとの連携
- (3) 青森県社会福祉協議会との連携
- (4) 大学、地域包括支援センター等との連携