

# 一般財団法人奈良県老人クラブ連合会

## 令和4年度 事業計画及び収支予算

### 《活動基本方針》

#### 1. メインテーマ

「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」（平成26年度～）

##### 〈健康寿命〉

- 健康寿命を伸ばし、自立した生活、生きがいの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て安全・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・活力を生かす場づくり・機会づくりを広げます。

#### 2. 第50回全国老人クラブ大会宣言事項の実践 （令和3年11月17日）

- 1、 高齢者の社会参加を働きかけ仲間づくりの輪を広げます
- 2、 介護予防・フレイル（虚弱）対策で元気高齢者をめざします
- 3、 友愛活動を基盤に新地域支援事業と連携した支え合い活動に努めます
- 4、 高齢者の尊厳が守られる諸制度・地域共生社会の実現をめざします

#### 3. 重点項目

##### (1) 老人クラブ「会員増強運動」への取り組み

平成26年度から5年間、全国展開している会員増強運動は、平成30年度で最終年度となりましたが、依然として会員減少傾向が続いています。このことから奈良県老連として会員数の「現状維持」目標に、令和元年度からの5年間、会員増強運動を継続・推進します。

##### (2) コロナ禍及びポスト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、ポストコロナの社会変容を見据えた取り組みを推進します。

##### ア 「新しい生活様式」に基づくクラブ活動の普及

- ① 3蜜（密閉・密集・密接）を避ける計画・運営の工夫
- ② 参加者への感染予防対策の周知徹底（体調の確認、マスク着用、人との間隔等）
- 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等）

##### イ 自宅でできる身体と心の健康づくりの呼びかけ

##### ＜身体健康づくり＞

- 体操やストレッチ、栄養バランスの取れた食生活、歯・口腔の健康管理など

##### ＜心の健康づくり＞

- 電話や手紙、スマートフォン等を活用した仲間や知人との交流、趣味・関心ごとへの取り組みや積極的な気分転換など

## 事業計画

### 1. 老人クラブ等活動推進員設置事業 3,112 千円

老人クラブ活動の活性化を図り、高齢者の生きがいと健康づくり、支え合う地域づくりの推進に資するため、老人クラブ等活動推進員を設置する。

### 2. 健康づくり 2,049 千円

#### (1) ねたきりゼロ運動普及事業 914 千円

各種スポーツ大会の実施を通じて「高齢者の世紀」にふさわしく、健康を保持・増進するフレイル（虚弱）予防活動の推進を図ることにより、明るい長寿社会の実現と保健福祉の向上に資する。

対象者：会員及び県内の一般高齢者

#### 【開催日・場所・募集人員】

##### ・高齢者健康マーじゃん大会

募集人員：60 人

開催日：令和4年8月31日（水）

場 所：県社会福祉総合センター

##### ・ゲートボール大会

募集チーム：60 チーム（300 人）

開催日：令和4年9月13日（火）（雨天時）令和4年9月14日（水）

場 所：橿原公苑陸上競技場

##### ・ペタンク大会

募集チーム：64 チーム（192 人）

開催日：令和4年10月5日（水）（雨天時）令和4年10月11日（火）

場 所：橿原運動公園まほろば広場

##### ・ゴルフ大会

募集人員：100 人

開催日：令和4年10月14日（金）

場 所：奈良若草カントリー倶楽部

##### ・グラウンド・ゴルフ大会

募集人員：450 人

開催日：令和4年11月2日（水）（雨天時）令和4年11月4日（金）

場 所：橿原公苑陸上競技場

#### (2) ニュースポーツ講師派遣事業 907 千円

市町村老人クラブ連合会と連携し、各市町村内で開催会場を設定し、遠くに出かけることのできない高齢者が、地元で気軽に参加できるニュースポーツ系、文化系の出前講座・出前講習会等を提供し、健康づくり・介護予防活動・フレイル予防の推進を図る。あわせてパークゴルフ大会の開催、また「いきいきクラブ体操」等、高齢者向け体操の普及に資する。

・ニュースポーツ講師派遣事業 出前講座・出前講習会

実施期間： 令和4年4月1日～令和5年3月17日

募集回数： ニュースポーツ出前講習会 15回

文化系出前講座・薊スマホ講座 15回

(各市町村老連 年2回を原則とする)

主 管： 各市町村老人クラブ連合会

・パークゴルフ大会

募集人員：130人

開催日：令和5年3月15日(水)

場 所：広陵町パークゴルフコース

・高齢者の体力測定出前事業

・いきいきクラブ体操出前事業

県老連に登録している「いきいきクラブ体操普及指導員」による出張指導

・高齢者の体力測定用具の貸し出し

**(3) 健康ウォーキング事業**

**148千円**

健康ウォークラリー大会の実施を通じて、高齢者の健康づくり活動の推進を図る。参加者が健康づくりのリーダーとして健康ウォークラリーの実施方法を学び、地元老連で実施の企画検討を行うとともに、健康づくり活動の発展に資する。また、「健康ウォーキング」を実施する。

・第11回健康ウォークラリー大会

開催日： 令和4年11月18日(金)

開催地： 馬見丘陵公園

主 催： (一財) 奈良県老人クラブ連合会

対象者： 会員及び県内の一般高齢者

募集チーム数：60チーム (1チーム=男女混合4人1組)

・第9回健康ウォーキング

開催日： 令和4年10月21日(金) 場 所：京都府方面

参加対象者： 大椿寿7月号にて募集する、会員及び県内の一般高齢者

**(4) 「ならシニア元気フェスタ」開催事業**

**80千円**

超高齢社会の到来を迎え、高齢者が健やかでイキイキと暮らし続ける健康長寿日本一をめざして、高齢者のスポーツ活動および文化活動の推進強化をはかるため、高齢者のスポーツ・文化活動の「励み」「発表の場」となる交流大会を奈良県・奈良県社会福祉協議会と共催する。

開催日： 令和4年5月14日(土)

対象者： 県内の一般高齢者等

・総合開会式 (9:00～9:30)

会 場：ジェイテクトアリーナ奈良(橿原公苑第1体育館)

・高齢者の体力測定体験コーナー（10：00～15：00）

体力測定の内容や効果の学習をねらいに、交流大会のサブイベントとして高齢者の体力測定体験コーナーを設ける。

会 場： 橿原公苑陸上競技場内

### 3. リーダー育成

1,438 千円

#### (1) 健康づくりニューリーダー養成事業（介護予防・健康づくりリーダー養成講座）

526 千円

高齢者を地域で支えるしくみづくりに資する新しいリーダーが必要とされている。健康を保持・増進するフレイル（虚弱）予防活動の推進、また友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動の推進ができるよう健康づくり・介護予防、地域支援活動・老人クラブの日々の活動に必要な知識を学習し、具体的な実践が期待できるリーダーの養成を図る「介護予防・健康づくりリーダー養成講座」を開講する。

##### ・介護予防・健康づくりリーダー養成講座の開講

開催期間： 令和5年2月～3月 [県社会福祉総合センター他]

受講日数： 5日間

対象者： 各市町村老人クラブ連合会会長から推薦された者

募集人員： 60人

主なカリキュラム： 高齢者の健康、介護予防、軽スポーツ（ボッチャ・わなげ他）、  
事故防止・消費者被害等

#### (2) 老人クラブ指導者研修事業

364 千円

高齢者の経験、知恵及び能力を社会に活かすべく、地域活動や健康づくり、介護予防活動等に対して協力及び支援ができる者を育成することにより、活力ある長寿社会づくりを図るため「老人クラブ指導者研修会」等の事業を実施する。

##### ・老人クラブ指導者研修会

内 容： 活動事例発表・「活動賞」「会員増強運動推進賞」の贈呈

開催日： 令和4年10月28日（金） [県社会福祉総合センター]

「活動賞」下記の活動の中で特に他の範とするにふさわしい先進的な取り組みを行っているクラブ・老連に対し表彰する。

- ・全国老人クラブ連合会会長表彰（合わせて4団体）
- ・奈良県老人クラブ連合会会長表彰（申請による）

【仲間づくり活動】加入促進に向けて取り組んでいる活動、地域高齢者の参加を広げる活動

【健康づくり活動】会員または地域の高齢者の健康づくり・介護予防につながる活動

【ボランティア活動】地域における支え合い活動や奉仕活動などのボランティア活動

【その他の活動】世代間交流活動や伝承活動、安全・安心のまちづくり活動など、上記2分野にあてはまらない活動

##### 「会員増強推進賞」

「会員増強運動」における目標を達成したクラブ・老連に対し表彰する。

- ・奈良県老人クラブ連合会会長表彰（申請による）

・全老連 高齢者の健康づくり・生活支援セミナー

全国老人クラブ連合会の実施する「健康づくり・生活支援セミナー」を受講し、「健康づくり推進員」として育成をする。

令和4年12月1日(木)～12月2日(金) (東京都)

**(3) 表彰式・各種大会参加事業**

**386千円**

多年にわたり高齢者福祉の向上に寄与し、その功績が特に顕著であると認められる個人及び団体を顕彰する。また、自らが生き生きと社会の主要な担い手として活動していくために、県内外の老人クラブのリーダーが一堂に集い、これまでの活動の成果を点検・評価し、さらに飛躍するための研修会に参加する。

・老人福祉功労者等表彰式 令和4年9月9日(金)

場 所： 奈良県文化会館 小ホール

県知事表彰： 老人福祉功労者、老人福祉施設功労者、優良老人クラブ

県老連会長表彰： 優良老人クラブ、感謝状

・近畿ブロック老人クラブリーダー研修会 令和4年6月30日(木)

場 所： 大阪府社会福祉会館(大阪府)

対象者： 市町村老人クラブ連合会や単位クラブにおいてリーダーとして活躍する者

・第51回全老連創立60周年記念全国老人クラブ大会 令和4年11月8日(火)

場 所： 両国国技館(東京都)

対象者： 表彰受賞者、県老連役員等

**(4) 女性部会活動促進事業**

**162千円**

女性の立場から、高齢者の生活と福祉の向上並びに老人クラブ活動の推進と組織強化を図る。

① 市郡老人クラブ連合会の女性部会との連携を図る常任委員会、また市町村老連との情報交換を基に模範となる取り組みを事例研究・討議することを目的とした研修会を開催する。

・常任委員会…令和4年5月19日(木)・7月15日(金)・令和5年3月17日(金)

・手芸講習会…令和4年6月10日(金)

・女性部会活動研修会

開催日： 令和5年2月10日(金) [県社会福祉総合センター]

対象者： 会員及び県内の一般高齢者

② 研究・討議の成果は、県老連役員会等に積極的に提言をする。

③ 会員増強(仲間づくり)に女性パワーを発揮しよう～「男女共同参画のクラブづくり」を目指して女性リーダーが役割を担い、クラブの解散を防ぐ。

④ 支え合い活動に女性パワーを発揮しよう～これからめざす友愛活動5つの支援

1. 生活支援 2. 通いの場づくり 3. 見守り支援 4. 健康づくり支援 5. 情報伝達支援

⑤ 「老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン」の推進。

女性リーダーを中心に取り組みを呼びかけ、見守りサポーターを単位クラブに設置する。

1. 情報を伝える 2. 困っているサインを気にかける 3. 被害防止のため関係機関につなげる

#### 4. 一般活動・広報

1,993 千円

##### 老人クラブ広報活動促進事業（奈良県共同募金会助成事業）

1,993 千円

全国的な取り組みや各地の活動事例、高齢者をめぐる社会の動きなど、さまざまな情報を提供する機関紙「大椿寿」を発行する。俳句・川柳・短歌・文章の掲載は投稿者の生きがいにもなっている。

また、ホームページにより事業の告知、報告、募集等を行う。

- ・機関紙名：「大椿寿」（会員世帯及び関係者等に配布）

発行部数：60,000部 年2回（発行月 7月・1月）

- ・ホームページ：老人クラブの各種事業の実施案内や参加募集、組織や活動の紹介、高齢者に関わる情報などを都度更新する。

- ・高齢者関連等の資料の貸出し

自己啓発ビデオ及びDVDを充実させ、会員・非会員に関わらず希望者（個人貸出しではなく、団体活動を行う場合）に貸し出す。

##### 【貸出し資料】

- ・自己啓発ビデオ（VHS） ＊気分爽快！踊るカラオケ、いきいきクラブ体操他
- ・DVD ＊健康づくりと地域支え合い、みんなで楽しく健康づくり、いきいきクラブ体操、全国老人クラブ大会「演じる」桂枝雀落語全集、やすしきよし漫才、綾小路きみまろ、など
- ・スポーツ用具 ＊高齢者の体力測定用具セット、ペタンク（ボール）、公式ダーツグラウンド・ゴルフ（クラブ・ボール）、ウォークラリー用ゼッケン、公式わなげ

#### 5. 法人運営・会員増強

6,528 千円

##### (1) 法人運営

###### ① 法人・組織の運営

- ・定時評議員会の開催 令和4年5月27日（金）
- ・理事会の開催 （別記 「主な行事予定」参照）
- ・監事会の開催 令和4年4月22日（金）
- ・県老連正副会長会議 令和5年2月17日（金）（県老連会長・副会長）

###### ② 調査研究事業の実施

- ・市町村老人クラブ構成員調査

###### ③ 市町村老人クラブ連合会との連携、活動の促進

- ・市町村老連正副会長会議の開催 （市町村老連会長・副会長・事務局長）  
令和4年5月27日（金）〔県社会福祉総合センター〕

###### ④ 全国老人クラブ連合会との連携、活動の促進

- ・活動推進員等職員セミナー 令和4年8月8日（月）
- ・都道府県・指定都市老連事務局長会議 令和4年7月26日（火）
- ・都道府県・指定都市老連代表者会議（県老連会長・女性代表者・常務理事・事務局長）  
令和5年2月2日（木）～3日（金）

## ⑤ 近畿ブロック連絡協議会との連携、活動の促進

- ・定例会 令和4年4月27日（水）和歌山県  
令和4年8月上旬 大阪府  
令和5年2月中旬 兵庫県

## ⑥ 広告等委託事業 機関紙「大椿寿」の広告差込・ホームページ管理

## (2) 会員増強運動推進事業

老人クラブ「100万人会員増強運動」は、平成26年度から5カ年にわたり組織の維持・発展に向けとりにくんできた。健康寿命の延伸や社会の活力維持に向け、高齢者にはかつてないほど大きな期待が寄せられている。“いよいよ老人クラブの出番”となるよう、引き続き一人でも多くの高齢者が老人クラブの活動を理解し、組織の維持・発展のため強いきずなで互いを支え合える会員増強運動を継続して推進する。

・今後の方向

- ① 単位クラブ活動の活性化で市町村老連組織の維持・発展
- ② 全員協力での会員増強運動。高年・女性・若手会員がそれぞれのパワーを発揮
- ③ 運動の体制づくりと目標の共有化。推進方法の検討や経過把握の体制づくりと情報の共有
- ④ 若手高齢者のみならず、加入対象の年齢層に幅広く呼びかける
- ⑤ 地道な勧誘活動が有効。同世代や同性、同趣味による勧誘が加入促進の基本
- ⑥ 全国共通運動の「勧誘、クラブPR、クラブ新設」に独自の運動目標・計画を加え主体性のある運動を
- ⑦ 優良事例の発掘・公表及び顕彰（活動賞・会員増強推進賞等）

## 6. その他

### (1) 全国、関係機関・団体との連携

全国三大運動「健康・友愛・奉仕」及び全国共通目標を全国的に推進する。

#### ① 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「健康・友愛・奉仕」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 多様な生活支援・通いの場づくり・見守り支援・情報伝達支援等の活動推進
- ② 新地域支援事業（介護予防・日常生活支援総合事業）への参画推進

##### (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

#### ② 「老人の日・老人週間」の取り組み

「老人の日」（9月15日）と「老人週間」（9月15～21日の1週間）に「仲間と集い、高齢者の元気な姿を示そう！」をスローガンに、「健康」「友愛」「奉仕」の全国三大運動の取り組みを中心として、高齢者の意欲と姿勢を地域社会に示す。

- ・全国一斉「社会奉仕の日」（9月20日）の実施

③ 全国共通目標「老人クラブ 21 世紀プラン」と活動提案「単位クラブ 21」の推進

全国共通目標「老人クラブ 21 世紀プラン」（平成 7 年～）の推進と、活動提案「単位クラブ 21」（平成 12 年～）による単位老人クラブの組織活動の強化を図る。

④ 会員の安全対策と連帯意識の高揚

老人クラブ活動中の他人への加害（ケガ・物損）に対応する「賠償責任保険」、老人クラブ会員の活動中のケガと日常生活のケガにも対応する「老人クラブ傷害保険・24 時間型」、老人クラブ会員の活動中のケガに対応する「老人クラブ傷害保険・活動型」の組織的普及を図り、事故防止と安全対策の推進に資する。

また、会員の連帯意識を高め、仲間のしるしである会員章の普及を通じて活動強化をはかる。2022 年まで全老連創立 60 周年記念会員章の普及に取り組む。

I 「賠償責任保険」「老人クラブ傷害保険（24 時間型・活動型）」の普及拡大

II 「老人クラブ会員章」および「全老連創立 60 周年記念会員章」の普及拡大

⑤ 「新地域支援事業」にむけての行動

老人クラブでは、地域の支援を必要とする会員・高齢者を対象に、声かけ、安否確認、話し相手、ゴミ出し、外出支援等の友愛活動に取り組んできた。その経験を活かし、新地域支援事業の趣旨をふまえ介護予防・生活支援サービスの担い手として、行政や住民・関係者と協働した活動ができるよう取り組む。

⑥ 奈良県人権教育推進協議会との連携

奈良県人権教育推進協議会は、人権教育を研究推進し、基本的人権の確立をめざす地域社会づくりを目的とし活動している。奈良県老連が実施している老人福祉の増進を目的とした事業活動とも繋がるどころが多く連携に努める。

⑦ 関係機関・団体との連携

老人福祉制度・国の政策・高齢者関係予算等に関する必要な提言・意見・要請活動の推進、高齢者に係わる年金・医療・福祉などの社会保障や福祉政策をはじめ、住宅・生活安全・事故防止・防災等の生活課題について、関係機関・団体に対し協力また必要な提言・要望を行う。