

# 高齢者クラブで

## 一緒に活動しませんか？



### ★ 高齢者クラブとは…

地域の高齢者が自主的に仲間を募り、地域で活動をしている団体です。  
高齢者の今までの知識や経験を生かしながら以下のような活動を行っています。

#### 社会奉仕活動

- 清掃美化奉仕活動
- 防犯パトロール
- 施設訪問  
(慰問活動)

など

#### 健康を 進める活動

- 健康体操
- 輪投げ
- ペタンク
- グラウンドゴルフ
- ボッチャ

など

#### 生きがいを 高める活動

- 研修旅行
- 手芸
- カラオケ
- 各種教養講座

など

その他、会員同士の親睦を深める活動など、多くの活動を行っています。

### ★入会できる対象者：60歳以上の方

(60歳未満の方のご入会につきましては各クラブにご確認ください)  
(会費・入会方法：詳細につきましては下記までご連絡ください)



### ★ 高齢者クラブに関するお問い合わせ ★

#### ★ 西東京市健康福祉部高齢者支援課地域支援係

西東京市南町五丁目6番13号(田無第二庁舎)

【電話】042-420-2811(直通)

#### ★ 西東京市高齢者クラブ連合会

西東京市富士町六丁目6番13号 富士町福祉会館内

【受付時間】月・水・金曜日 午前9時30分～午前11時45分

【電話/FAX】042-458-2021



西東京市高齢者クラブ  
ホームページ(西東京市 Web)

西東京市高齢者クラブ



## 高齢者クラブに入会すると、メリットがいっぱい！！

### 地域交流・仲間作り

高齢者クラブに入会し、地域で様々な活動をする事で、多くの方々と交流し、仲間を作ることができます。

### フレイル予防・認知症予防

高齢者クラブの活動に参加し続けることで、介護予防や認知症予防につながります。

### 趣味・生きがいの発見

高齢者クラブの活動を通じて、趣味や生きがいを見つけることができます。

### 地域貢献

社会奉仕活動・友愛活動を通じて、地域に貢献することができます。

「私はまだ若い！」そんなあなたも  
高齢者クラブに入会して  
地域と一緒に活動しませんか？



**新規クラブを設立したい方々も随時募集しています!!**

西東京市に住民登録がある60歳以上の方がおおむね30人以上加入している団体が対象になります。

新規クラブ設立に必要な要件、設立の流れ、その他ご不明な点につきましては、下記窓口までお問い合わせください。

### ★ 高齢者クラブ新規設立に関するお問い合わせ ★

西東京市健康福祉部高齢者支援課地域支援係

西東京市南町五丁目6番13号(田無第二庁舎)

【電話】042-420-2811(直通)