



## ニュース 60歳以上が参加できる地域のクラブ活動に参加しませんか

60歳以上になれば参加できる地域のクラブ活動をご存知ですか？岡崎学区は「親善クラブ」福岡学区は「福寿会」という名称で絶賛活動中です。今回は各活動の内容をご紹介します！

### 福岡学区：福寿会

5つの支部（東部、西部、中部、南部、上地）があり、現在240名の会員が登録。  
会費：年間1,000円



地域の方とふれあう会の様子

福寿会全体や、支部活動として、小学校や神社、公民館の草取り奉仕活動の他、日帰りツアー、誕生日会、追弔会の他、地域の他団体と小学校での「ふくふくタイム（1年生の放課後、下校が単独にならないよう他学年の下校時間までレクレーションの提供）」や「地域の方とふれあう会」等の多世代交流も行っています。本間会長より「コロナで旅行等中止していたが、今年は3月に三重県にいちご狩りと松坂牛を食べる日帰りツアーに行ってきました。お土産付きで楽しく過ごしました。顔を見ながらできる活動がいいですね。会員募集中です！」

### 岡崎学区：親善クラブ

6つの支部（第1～第6）があり、現在341名の会員が登録。  
会費：年間1,300円（家族会員は700円/人）



秋の文化祭の様子

神社清掃等の奉仕活動、観桜会、グランドゴルフ大会、日帰り研修旅行などの交流や、町内会と共催でごまんぞく体操等も行っています。毎年秋の文化祭も開催し、今年は10/24に高年者センター岡崎にて50人以上の参加者がありました。ハーモニカ・ノーズフルート演奏の余興の後、当包括も包括紹介、脳トレ体操や世代クイズを実施。「皆で喋って食べるのは楽しい」「久しぶりに会える人もいて嬉しい」などの声があがり、午後からはカラオケ大会で盛り上がったそうです。野本会長「楽しい企画を考えています。会員募集中です！」

定期的集いの場や通いの場へ参加することはシニア世代にとって、介護予防や認知症予防の効果が高いと言われています。福寿会、親善クラブにご興味のある方は、お気軽になのはな苑地域包括支援センター（0564-57-8087）又は、各地域にてお問合せ下さい！

なぞなぞ  
脳トレ

①間違いさがし 左右の絵の違い、3か所あるよ！



②ひらめき脳トレ

□に当てはまる

数字は何かな？

8888=8

8087=5

1900=3

2025=□



答えは裏面