

平成 26 年度 事業計画

我が国は世界に前例のない速さで少子高齢化が進み、超高齢社会の進展、国内経済の空洞化など、多くの課題に直面しています。超高齢化社会を迎えた現在、地域社会の活力低下や高齢者の孤立化などの問題が顕在化しつつあり、高齢者が率先して地域社会づくりに取り組んでいく必要があります。このような中で、地域を基盤とする老人クラブに参加して活動することが、高齢者が健康で自立した生活を続け、活力ある地域社会づくりを進めるうえで、大変有効であるという認識が広がりつつあります。

老人クラブ活動の目指す大切なものの一つは「健康づくり」です。昨年度から高齢者が地域で健康の輪を広げていく「健康づくり・介護予防事業」を強化実施していますが、今年度は高齢者が日常生活の中で楽しみながら継続的に取り組み、介護予防にもつながる健康づくりのための各種事業を進めていきます。市老連は、地域の高齢者の健康づくり活動を実践していますが、横浜市の提唱する「100万人の健康づくり」とも連携を図りながら「体操とウォーキング活動」などを通じて、老人クラブの社会的意義を市民や行政にアピールしてまいります。そのほか、町内会・自治会等の地域組織と連携し、地域における安全・安心のネットワーク構築や高齢者相互の支え合いづくり、多世代交流の推進・地域美化・防災などの地域に根差した社会活動に取り組んでいきます。

今年度から「横浜シニア大学」の改革を行い、「地域との絆を深め、地域の課題解決に積極的に参画する高齢者を育てる」ことを目的として、カリキュラムの大幅な刷新をいたします。一般講座では高齢者として必要な一般的な知識に加え、自らの人生設計に役立つ実践的な知識習得に資するカリキュラムの提供を行います。特別講座では、従来の歴史・文学に変えて新たに課題解決型コースとして「シニア環境塾」を開催します。

市老連としては、平成26年1月号から全面カラー版とした機関紙「シニアだより横浜」やホームページなどを通じて市民や行政に対して、老人クラブの活動実態とともに公益性や社会的使命を広く知ってもらえるよう広報に努めていきます。また、区老連・地区老連・単位老人クラブが、それぞれ目標や計画を策定して実施する事業や事業を通じた会員増強への取り組みを支援していきます。

I 公益目的事業

1 老人クラブ助成事業

(1) 単位老人クラブ及び区老人(シニア・シルバー)クラブ連合会(以下「区老連」という。)への支援

① 単位老人クラブ等への支援

単位老人クラブ等の活動を支援するため、資金助成を行います。

ア 単位老人クラブへの助成

単位老人クラブに対し健康づくり・仲間づくり・地域への奉仕や、各種スポーツ活動など幅広い活動を支援するため助成します。

イ シニアクラブ活動への助成（仲間づくり支援）

老人クラブにつながる活動をしている高齢者の小活動グループにシニアクラブとして助成を行い、5年間で適正クラブへと育成します。

（適正クラブの結成に向けた小グループ活動への助成）

② 各区老連への支援

単位老人クラブや地区（支部）老人クラブ連合会（以下「地区老連」と言う）の活動を支援し、各種大会を開催したり、単位老人クラブや地区老連の人材育成を進める各区老連に対し、資金助成を行います。

また、区老連事務局の役割の重要性に鑑み、その円滑適正な事務処理に資するため、事務職員のスキルアップ研修の支援や情報提供を行うなどの協力をしていきます。

(2) 健康づくり・介護予防事業の推進

高齢者が日常生活の中で楽しみながら継続的に取り組み、介護予防にも繋がる健康づくりのための各種事業を支援します。

① 「体操ひろ場」事業（体操とウォーキング）

単位老人クラブが中心となって、高齢者が地域での体操やウォーキング等を通して健康の輪を広げ、寝たきりや引きこもりになるのを防止し、仲間づくりを進めていく活動へ助成を行います。

② 「アス・トレへの挑戦」事業（ノルディックウォーク）

各区女性委員会の主管事業として、区老連、地区老連などで実施するノルディックウォークの取り組みに対して助成を行います。また、単位老人クラブのノルディックウォークの取り組みを推進します。

※「アス・トレ」とは「アスリート・トレーニング」「明日へのトレーニング」の2つの意味を持たせた造語です。

③ 区老連スポーツ活動事業

老人クラブ会員及び会員以外の高齢者を対象とした日常生活を豊かにする区全体規模のスポーツ活動事業に対して助成を行います。

上記【(1) ②各区老連への支援】で取り組む活動や新規事業を対象とします。

④ 効果測定事業（姿勢測定、体力測定など）

基本的な運動を継続し、その効果を測定することでより意欲的にまた、意識的に健康づくりを進める区老連の取り組みに対して助成を行います。

⑤ 横浜市の事業「よこはま健康スタイル」に協力【新規】

「健康寿命日本一を目指し、370万市民が日常生活の中で楽しみながら継続的に取り組める健康づくりのムーブメントを起こし、健康ライフスタイルの浸透を図ることを目的」として実施される予定の横浜市の取り組み（3事業）と上記の市老連事業と連携を図りながら、それぞれの事業を推進していきます。

・「よこはまウォーキングポイント」：歩数計を使ってウォーキングを推進

- ・「よこはま健康スタンプラリー」：健診・健康づくり・社会活動の推進
- ・「よこはまシニアボランティアポイント」：ボランティア活動の推進

(3) 社会参加活動の推進

① 『社会奉仕の日』一斉活動

活動実績の貴重な成果は、町の美化・健康づくり等の奉仕活動を通じた社会貢献や老人クラブPR等に加えて、自治会・子供会等の協力を得ながら地域交流の機能を果たしています。

一方、近年環境問題は、わが国だけでなく世界的問題として大きく取り上げられています。環境問題では、会員一人ひとりが身近な生活の中で取り組めることが多くあり、従来の奉仕・ボランティア活動に加えて横浜市等の関係機関の指針を組み込みながら運動を展開していきます。

② 『老人の日・老人週間』の推進

制定の趣旨を踏まえ、友愛活動・健康づくり活動を、各区老連において自主的に取り組みます。

(4) 友愛活動の推進

高齢者が同じ世代の仲間として支え合う老人クラブの友愛活動は、地域に定着しつつあります。友愛チーム、地区友愛活動部会、区友愛活動部会の取り組みがそれぞれの実情に合わせ、より充実した活動になるよう支援します。

○ 地区友愛活動部会への支援

地域の高齢者一人一人にふさわしい支援を行い、日常的な繋がりをつくり支え合う友愛活動を推進するために、地区友愛活動部会に活動費の助成を行います。

(5) 女性委員会活動の推進

老人クラブ会員の約62%を占める女性会員のニーズと特性を活かし、女性リーダーが参画し活性化した老人クラブ活動を展開するために、各区に設置した女性委員会の活動を支援します。

① 「アス・トレへの挑戦」事業（ノルディックウォーク）※再掲

② 危機管理対策事業（出前防災塾）【新規】

(6) 区老連の文化活動事業等への支援

① 区老連文化活動事業

老人クラブ会員及び会員以外の高齢者を対象とした日常生活を豊かにする区全体規模の事業に対して助成を行います。

② 周年事業

③ リーダー養成事業

単位老人クラブだけでは十分な活動ができないスポーツ・文化などの活動を地区の老人クラブで充実・活性化させるため、区老連や地区老連で中心的役割を果たすリーダーの育成、また、スポーツ・文化などの活動事業を企画・実施できる人材を育成する区全体規模の「研修会・講習会」に対して助成を行います。

④ 教養講座（歴史・文学など）事業【新規】

区老連の魅力を高めるため、歴史・文学等の講座を新たに開講する区老連に対し助成を行います。

2 スポーツ・文化事業

(1) 健康づくり、仲間づくり、社会参加活動の推進

① 『健康づくり運動』の推進

老人クラブを拠点に、高齢者の健康保持推進と、健やかな生活を築くため進めている『健康づくり運動』について、今後とも一層の推進を図ります。

ア 「全国健康福祉祭」の予選会を兼ねて、シニアスポーツ大会を開催します。

(ア) ゲートボール大会

開催期日 平成26年4月10日（木）
会 場 保土ヶ谷公園『運動広場』
参加人員 各区 2チーム 選手他約400人

(イ) グラウンド・ゴルフ大会

開催期日 平成26年4月24日（木）
会 場 保土ヶ谷公園『運動広場』
参加人員 各区 6人 選手他約150人

(ウ) ペタンク大会

開催期日 平成26年5月15日（木）
会 場 保土ヶ谷公園『運動広場』
参加人員 各区 2チーム 選手他約200人

イ 『全国健康福祉祭』（ねんりんピック）への参加協力

開催期日 平成26年10月4日（土）～7日（火）
会 場 栃木県内
種 目 ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、ペタンク、囲碁、将棋

(2) 文化・趣味活動の推進

教養の向上・健康の増進並びに時代に適応した社会感覚と知識を深めるための学習活動を育成するとともに、頭と心の健康を維持し生きがいを高める文化・趣味の活動として、次の事業を行います。

① 「全国健康福祉祭」の予選会を兼ねた囲碁・将棋大会の開催

ア 囲碁大会

開催期日 平成26年4月17日（木）
会 場 うらしま荘
参加人員 各区5人(女性2人) 選手他約90人

イ 将棋大会

開催期日 平成26年5月8日（木）

会 場 うらしま荘
参加人員 各区3人 選手他約70人

②カラオケ大会の開催

開催期日 平成26年12月5日(金)
会 場 鶴見区サルビアホール
参加人員 各区2人 出場者 36人

3 講座・セミナー・育成事業

(1) 会員の増強及び会員意識の高揚

① 老人クラブ会員の加入促進

減少傾向にある老人クラブの会員の加入促進のため、引き続き各区老連と連携し、会員増強運動を進めます。

② 横浜市老人クラブ大会の開催

市内約12万人の会員の代表が一堂に集い、永年老人クラブの運営に尽力された方々を顕彰するとともに、老人クラブの更なる発展を期します。

会 場 神奈川公会堂
開催期日 平成26年10月16日(木)
参加人員 約600人

③ 優良クラブの表彰の推進

優良な活動をしている単位老人クラブ等を、全老連等の表彰候補者として積極的に推薦し受賞できるように努力します。

(2) 老人クラブ指導者の資質向上のための各種研修会の開催及び参加

① 区老連会長研修会【新規】

各区老連会長及び副会長等役員を対象とした研修会を市内で開催いたします。研修内容は、区老連会長等の意向も踏まえ、外部講師の活用を含め実施していきます。

会 場 うらしま荘
開催期日 平成26年9月29日(月)
参加人員 各区3人 出場者 54人

② 全国老人クラブ連合会及び関東甲信越静岡ブロック老人クラブ連絡協議会開催の各種研修会への参加者派遣

(3) 友愛活動の推進

同じ世代の仲間として支え合う友愛活動を推進するために、訪問活動、見守り活動、居場所・たまり場づくり活動、外出援助活動などの取り組みを行っています。活動の中でも訪問活動と見守り活動については地域に定着しつつあります。

友愛チーム、地区友愛活動部会、区友愛活動部会の取り組みがそれぞれの実情に合わせ、より充実した活動になるよう支援し、友愛活動の推進に向け、委員会と研

修会を実施します。また、本年度は各区における友愛活動の中から特に「居場所・たまり場づくり」活動を推進します。

① 市老連友愛活動委員会の開催（年3回）

各チームの活動を推進するための情報の提供など、各区においてより充実した取り組みとして展開できるよう取り組みます。

開催日 4月23日、9月18日、27年2月26日

② 市老連友愛活動研修会の開催（年2回）

市内233地区の代表を対象に、友愛活動に関する情報の提供と活動のあり方に関する研修を行い、友愛チームのより円滑な活動の定着化を図ります。

開催日 6月17日、11月7日

③ 居場所・たまり場づくりの推進

友愛活動の具体的な取り組みの一つとして、高齢者の閉じこもりをなくし外出のきっかけとなる集いの場をつくる「居場所・たまり場づくり」の活動があります。この活動の実態を把握するための調査を友愛チームと地区友愛活動部会に対して実施します。「居場所・たまり場づくり」の活動を推進するため、取り組めていないチーム、地区の抱える問題などを把握することにより解決策を考えていきます。また、各区の取り組みの参考となる活動情報を収集・提供します。

（4）女性組織の強化

各区の女性組織の強化や女性委員会活動の活性化を目的として、女性委員や女性リーダーの育成を図るため次の研修や事業を実施します。

① 市老連女性委員会の開催（年3回）

市老連女性委員会事業を主体的に企画・運営するために委員会を開催し、情報交換や意見交換をします。

開催日 4月18日、8月26日、27年2月20日

② 女性リーダー代表者研修会の開催

各区の女性委員会（女性部会）委員を対象に、各区の活動について情報交換や参考事例の紹介を行うとともに、女性リーダーの養成・育成を図ります。

開催日 5月

③ 市老連女性委員会事業の機能の強化

区老連女性委員会が取り組むアス・トレ事業、危機管理対策事業などに協力します。さらに、区老連女性委員会事業を充実させるために市老連女性委員会がモデル事業に取り組みます。

（5）教養と知識を高める活動の推進

超高齢社会の到来を踏まえ、今後の高齢者は受動的ではなく、主体的に生きることが求められています。また、さまざまな老人クラブ活動を推進していくうえで、人材の育成も重要な要素です。このため、特に、本年度の横浜シニア大学では、高齢者が主体的に生きるために必要なカリキュラムの提供や地域の課題解決に必要なカリキュラムの提供を行います。また、昨年度に引き続き、若手リーダーの養成やスポーツリーダーの養成を行っていきます。

① 横浜シニア大学の開講【拡充】

ア 一般講座

一般講座では、主体的・活動的に生きる高齢者（アクティブ・シニア）の養成をめざし、介護予防などの高齢者に必要なカリキュラムに加えて、生涯学習やボランティア活動などのセカンドライフの選択に必要なカリキュラムを新たに導入します。

会 場 数 18会場
講座開設 年1回(6月～11月)
受講定員 1,050人

イ 特別講座

高齢者が地域社会のさまざまな課題を積極的に解決していく事ができるよう、課題解決型のコースを新設します。本年度の特別講座は「シニア環境塾」とし、環境問題をテーマとした5回連続の公開講座を開催します。

講座開設時期 6月～7月
会 場 ゆめおおおかオフィスタワー（上大岡）
受講定員 100人

ウ 若手リーダー養成講座

老人クラブの魅力と活力ある活動をつくっていくための担い手の養成講座。区や地域に戻って区老連、地区老連、単位クラブの各種事業の企画・運営に参画をしていただくため、新任単位クラブ会長や今後単位老人クラブを担おうとする人々を対象に、リーダー養成講座を実施します。

開催日 平成26年9月～12月
会 場 うらしま荘会議室他
受講定員 60人

エ スポーツリーダー養成講座

老人クラブが行うスポーツ活動を充実するためスポーツリーダーとして必要な知識、技術の習得を図る養成講座を実施します。

- ペタンク講習（10講座）
開催日 平成26年9月～11月
会 場 沢渡中央公園
受講定員 40人
- グラウンド・ゴルフ講習（2講座）
開催日 平成26年9月
会 場 沢渡中央公園
受講定員 40人

4 老人福祉センターの運営事業

老人福祉センターは、老人福祉法に基づく施設で、地域の高齢者に対して、健康の維持・増進、教養の向上、レクリエーションの提供や、生活・健康等の各種相談に応じるなど、各種の便宜を総合的に供与することを目的としています。

市老連は、次の3施設の指定管理者として各種事業を実施するとともに、利用者が快適に利用していただけるように、利用者へのサービス向上と効率的な運営に努めていきます。

名 称	所 在 地	定 員
蓬 菜 荘	横浜市港南区港南台 6-22-38	2 8 0 人
狩場緑風荘	横浜市保土ヶ谷区狩場町 295-2	2 5 0 人
菊名寿楽荘	横浜市港北区菊名 3 丁目 10-20	1 5 0 人

5 広報・企画・調査事業

(1) 老人クラブ活性化行動計画の実施

横浜市内の単位老人クラブの会員やクラブ数は、この6～7年減少しており、とりわけ若い世代の高齢者の加入が大幅に減少しています。このため、会員の高齢化の進行や次代を担う人材の不足により解散せざるを得ないクラブも出ています。

このような状況を打開し、市老連として、老人クラブの活性化を図るため、平成25年2月に「横浜市老連老人クラブ活性化行動計画」を策定しました。

計画目標を踏まえた会員増強表彰制度の改善、市民への広報の充実などを平成26年度の事業等に反映させ、各区老連とともに行動計画を推進していきます。

(2) 広報事業

会員に対し、諸活動に役立つ情報提供を行うとともに、市民に向けた老人クラブ活動紹介などを進めるため、機関紙の発行、ホームページへの掲載などの広報事業を行います。

① 機関誌『シニアだより横浜』の発行

年4回（4月、7月、10月、1月） 全面カラー版 発行部数 各12万部

② ホームページの充実

随時更新（老人クラブの役割・使命の紹介、市老連事業の参加者募集など）

II 法人の運営

1 理事会・評議員会の開催

公益財団法人として適切な運営を行うため、次の会議を行います。

- ・ 平成26年5月30日（金） 決算会計監査
- ・ 平成26年6月11日（水） 第1回 理事会
- ・ 平成26年6月20日（金） 第1回 評議員会、臨時理事会
- ・ 平成27年3月17日（火） 第2回 理事会

2 正副理事長会、区老連会長連絡協議会、その他の諸会議の開催

- ・ 正副理事長会
- ・ 区老連会長連絡協議会
- ・ 財産運用委員会
- ・ コンプライアンス委員会
- ・ 区老連事務職員事務説明会