

平成27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、多くの課題に直面しています。とくに、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ています。こうした中で、高齢者が率先して「健康・友愛・奉仕」の三大運動を進めて、活力ある地域社会づくりに取り組んでいく必要があります。

「健康づくり・介護予防事業」では、シニアスポーツの祭典を開催し、「より気軽に！より身近に！より楽しく！」をテーマにして、身近なところで高齢者が仲間と楽しく健康づくりができるスポーツを実際に体験して、クラブ活動での導入を支援します。さらに、効果測定事業（姿勢改善教室）を進める区老連に助成するとともに、体操ひろばを始める際の条件を緩和して、より参加しやすくします。横浜市の提唱する「370万人の健康づくり」や「健康寿命日本一」とも引き続き連携を図りながら「体操とウォーキング活動」などを通じて、高齢社会における老人クラブ活動の社会的意義を市民や行政にアピールします。

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」を3年計画で進めており、2年目の今年度はモデル地区（各区2か所）のマップを作成します。町内会、自治会、社会福祉協議会等の地域組織と連携し、各種事業や地域での奉仕活動など地域貢献、社会貢献に積極的にかかわり、「生涯現役社会の実現」に取り組んでいきます。危機管理対策については、新たに、「防災安全マップ」作りに取り組めます。これらの様々な老人クラブ活動をとおして、高齢社会における老人クラブの重要な役割である「高齢者の自立を支える安全安心の仕組み（セーフティネット）の構築」に取り組めます。

また、老人クラブ活性化行動計画の重点課題である会員増強については、全国老人クラブ連合会の「100万人会員増強運動」と連携して、平成25年度から5年間で11,700人増（10%増）を目標に取り組んでいます。今年度、新たに会員増強特別表彰制度を制定し、会員増強の取り組みに顕著な実績のあった団体を表彰します。

市老連としては、老人クラブが取り組む健康づくりなど様々な活動を今後さらに充実させるために会場確保対策や老人クラブのイメージアップにつながる諸課題を調査、検討します。

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一般市民などに知ってもらえるよう、機関紙「シニアだより横浜」やホームページの充実を図るなどPRの強化に努めていきます。また、区老連・地区老連（支部）・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活性化行動計画への取り組みなど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グループにシニアクラブとして助成を行い、5年以内に適正クラブへと育成します。

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。

③ 老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン【新規、全老連助成事業】

全国老人クラブ連合会では、単位老人クラブに「見守りサポーター」を設置し、情報提供や見守り、声かけなど、高齢者が主体となった取り組みを展開し、関係機関や他団体と連携して被害防止を目指しています。推進期間は3か年(平成26年度~28年度)としており、横浜市老連では3区老連がモデル事業として今年度取り組みます。

(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 シニアスポーツの推進【新規】

高齢者が、地域の身近な施設や場所で、仲間と楽しく無理なく続けることができる新しい種目を紹介し、実際に体験する機会をつくります。また、区老連、地区老連、単位老人クラブ活動として取り組めるよう支援します。

③ 「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。

④ 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。

⑤ 効果測定事業（姿勢測定、体力測定など）【拡充】

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。

⑥ 横浜市の事業「よこはま健康スタイル」との連携

「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）と市老連事業との連携を図りながら、それぞれの事業を推進していきます。

- ・「よこはまウオーキングポイント」：歩数計を使ってウオーキングを推進
- ・「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

⑦ 「介護の日&よこはま健康スタイル」フォーラムの開催 11月開催予定

(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、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（防災安全マップづくり）【新規】
- ③ 効果測定事業 ※再掲

(6) 区老連の文化活動事業等への支援

① 区老連文化活動自主事業

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 スポーツ・文化等リーダー養成事業

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。

③ 教養講座（歴史・文学など）事業

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、高齢者の健康維持増進と、健やかな生活を築くために進めている『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27年4月8日（水）
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27年4月22日（水）
会 場 岸根公園『ひょうたん原っぱ』
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27年5月13日（水）
会 場 鶴見区『佃野公園』
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27年10月17日（土）～20日（火）

会 場 山口県内

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、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27年5月20日（水）

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27年5月28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27年12月4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27年10月15日（木）

参加人員 約600人

③ 会員増強特別表彰【新規】

会員増強運動を推進し、会員数の増加について顕著な実績をあげた団体を特別に表彰します。

(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 区老連会長等役員研修会

各区老連会長等役員を対象とした研修会を開催します。

② 全国老人クラブ連合会等の各種研修会への参加者派遣

全国老人クラブ連合会及び関東甲信越静ブロック老人クラブ連絡協議会開催の各種研修会へ参加者を派遣します。

(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、引き続き「居場所・たまり場づくり推進3年計画（平成26年度～28年度）」に取り組みます。

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24日、9月17日、28年2月26日

② 市老連友愛活動研修会の開催（年2回）

市内232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16日、11月13日

③ 居場所・たまり場づくりの推進

「居場所・たまり場づくり」の推進を3年計画（26～28年度）として実施します。今年度は調査結果を整理し、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、モデル地区（各区2地区）のマップを作成します。

(4) 女性委員会等の強化

各区の女性委員会等の強化や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17日、8月25日、28年2月18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 6月18日

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、効果測定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講座や地域の課題解決に向けて、具体的な取り組み事例を提供します。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

ア 一般講座

一般講座では、主体的・活動的に生きる高齢者の養成をめざし、介護予防など的高齢者に必要な一般的知識と高齢者が自らの人生の再設計に必要な知識を学ぶ講座を開催します。

会場数 18会場

講座開設 年1回13講座(6月～10月)

受講定員 1,050人

イ 特別講座

昨年に引き続き「シニア環境塾・課題解決型コース」を基本にして、日常の暮らしの中で、どう温暖化に取り組むかをテーマに、ワークショップなど受講者が直接体験できる講座を開催します。

講座開設 年1回5講座(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 特別公開講座【新規】

一般講座、特別講座の全受講者などを対象として、「健康的な生活を送るための知恵」をテーマに講演会を開催します。

エ 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たちを対象に、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

オ 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27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27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
蓬萊荘	横浜市港南区港南台6-22-38	280人
狩場緑風荘	横浜市保土ヶ谷区狩場町295-2	250人
菊名寿楽荘	横浜市港北区菊名3丁目10-20	150人

5 広報・企画・調査事業

(1) 老人クラブ「100万人会員増強運動」(全老連)

全国の老人クラブは、平成10年をピークにクラブ数・会員数が減少し、平成24年度までに約2万クラブ、200万人の会員が減少しました。そのため、全国の老人クラブ関係者が総力を結集して、組織の基盤となる会員増強に向けて、全国運動として、「100万人会員増強運動」を推進しています。

横浜市老連も「100万人会員増強運動」と連携して会員増強に取り組み、会員数を5年間で11,700人増（10%増）とする目標を策定しました。

(2) 老人クラブ活性化行動計画の推進

横浜市内の単位老人クラブの会員やクラブ数は、平成13年から毎年減少しています。とりわけ若い世代の高齢者の加入が伸びていないため、会員の高齢化の進行や次代を担う人材の不足が深刻になっており、会長、役員のみで手が届かないなど解散せざるを得ないクラブも出ています。

市老連として、このような状況を打開し、老人クラブの活性化を図るため、横浜市老人クラブ活性化行動計画（平成25年2月作成）を策定し、平成25年度から各区老連とともに推進しています。

また、会員増強特別表彰制度を制定し、平成26年度に顕著な実績を上げた団体を表彰します。

(3) 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）

(4) 調査事業【新規】

① 老人クラブ活動を充実するための会場の確保について

老人クラブが取り組む健康づくり活動や介護予防活動などを今後さらに普及させるため、老人クラブが早期に確保できる会場や、会員がスポーツ、イベント、各種会議などに常時利用できる会場について市内の調査を実施し、老人クラブの活性化を目指します。

② 老人クラブのイメージアップについて

会員増強、他団体との連携、名称問題など様々な課題をかかえる老人クラブのイメージアップにつながる諸事業を検討し、それに関わる調査を実施します。

③ 居場所・たまり場づくりの推進（マップ作り） 再掲

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。

- ・ 決算会計監査 平成27年5月29日（金）
- ・ 理事会 平成27年6月11日（木）
- ・ 評議員会 平成27年6月29日（月）
- ・ 理事会 平成28年3月15日（火）

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