

# 一般財団法人奈良県老人クラブ連合会 令和6年度 事業計画及び予算

## 活動基本方針

### 1. メインテーマ

「のばそう!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 52 回全国老人クラブ大会宣言事項の実践 (令和 5 年 11 月 8 日)

1. 健康長寿をめざす「健康活動」の推進
2. 暮らしを見守る「支えあい活動」の展開
3. 高齢期を豊かにする「生きがい活動」の充実
4. あらゆる世代と連携した「地域貢献活動」の推進
5. 高齢者の尊厳が守られる「社会保障制度」の確立

### 3. 重点項目

#### (1) 会員増強への取組み

依然として、会員の減少及び単位クラブの解散・活動休止の傾向が続いています。そのため、引き続いて、会員増強運動を継続します。

#### (2) 「地域共生社会」の実現に向けた取組の推進

団塊の世代(昭和 22 年～昭和 24 年生まれ)のすべての人が 75 歳を迎え「2025 年問題」といわれる本格的な超高齢社会が到来します。このような状況を踏まえ、4 月以降には、「地域共生社会」の取組みにおいて、包括的に対応していくための「孤独・孤立対策推進法」と「認知症基本法」が施行されます。これらの法の趣旨や理念を踏まえ、誰もが住み慣れた地域で、生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現に向け、次の課題についての取組みを推進します。

##### ア 高齢者の孤独・孤立を防ぐ仲間づくり活動の展開

老人クラブ活動の意義や有効性について、広く地域の人々に周知を図るとともに、高齢者の孤独・孤立を防ぐために、健康づくり活動や支え合い活動など具体の活動への参加を呼びかけ、仲間づくりを進める。

##### イ 認知症の正しい知識・理解の普及と認知症の人やその家族の暮らしを支える取組

認知症になっても安全で安心して暮らしていける地域づくりに向け、認知症や認知症の人に対する正しい知識・理解を普及するとともに、認知症の人やその家族の暮らしを支えるため、見守りや声かけ、サロンや趣味活動へのお誘いなどに取り組む。

##### ウ 関係団体と連携した生活課題・地域課題への対応

保健・介護・福祉等の基盤確保、移動や情報通信等のバリアフリー、防犯・防災上の安全対策など、高齢化、都市化・過疎化によって顕在化する様々な課題に対し、地方公共団体、町内会・自治会、社会福祉協議会、民生委員・児童委員その他の関係機関・団体と連携・協働して、これらの解消に向けた取組みを進める。

## 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** 3,868 千円

**(1) ねたきりゼロ運動普及事業** 963 千円

各種スポーツ大会の開催を通じて、健康を保持・増進するフレイル(虚弱)予防活動の推進を図り、明るい長寿社会の実現と保健福祉の向上をめざす。  
対象者:会員及び県内の一般高齢者

### 【開催日・場所・募集人員】

#### ・高齢者健康マージャン大会

開催日:令和6年8月28日(水)  
場 所:県社会福祉総合センター  
募集人員:60人

#### ・ゲートボール大会

開催日:令和6年9月19日(木) (雨天時)令和6年9月20日(金)  
場 所:榎原公苑陸上競技場  
募集チーム:60チーム(300人)

#### ・ペタンク大会

開催日:令和6年10月2日(水) (雨天時)令和6年10月8日(火)  
場 所:榎原運動公園まほろば広場  
募集チーム:64チーム(192人)

#### ・パークゴルフ大会

開催日、場所及び募集人員  
① 令和6年10月11日(金) 広陵パークゴルフコース 100名  
② 令和6年11月29日(金) // 100名

#### ・ゴルフ大会

開催日:令和6年10月18日(金)  
場 所:奈良若草カントリー倶楽部  
募集人員:100人

#### ・グラウンド・ゴルフ大会

開催日:令和6年11月6日(水) (雨天時)令和6年11月7日(木)  
場 所:榎原公苑陸上競技場  
募集人員:450人

**(2) ニュースポーツ等講師派遣事業** 940 千円

健康づくり・介護予防活動・フレイル予防の推進を目的として、市町村老人クラブ連合会と連携し、遠くに出かけることが難しい高齢者も気軽に参加できるように、地元に出向いて出前講座を開催。  
ニュースポーツ系、文化系合わせて20以上のメニューを用意。また、「いきいきクラブ体操」等高齢者向け体操の普及や体力測定に取り組む。

・ニュースポーツ等講師派遣事業(出前講座・出前講習会)

実施期間: 令和6年4月1日~令和7年3月15日

実施予定回数(各市町村老連 年2回を原則とする)

ニュースポーツ系出前講座 15回

文化系出前講座 15回

主管: 各市町村老人クラブ連合会

・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

・高齢者の体力測定用具の貸し出し

**(3) eスポーツ体験普及事業**

**1,212千円**

認知機能の維持・向上や健康寿命の延伸に効果があるとされ、また、世代間交流促進にもつながるeスポーツの普及に取り組む。

・eスポーツ出張体験会の開催

単位クラブ又は市町村老連の要望に応じ、体験会会場へ機材とともに講師を派遣

実施期間: 令和6年4月1日~令和7年3月15日

実施予定回数: 20回

主管: 各市町村老人クラブ連合会

・必要機材の購入・整備

単位クラブ等での自主的なeスポーツ活動に必要な貸出用機材の購入など

**(4) 健康ウォーキング事業 (奈良県共同募金会助成事業)**

**673千円**

高齢者の健康づくり活動の推進を図るために、健康ウォークラリー大会を開催する。参加者には健康づくりのリーダーとして、地元老連での健康ウォークラリーの実施企画等、健康づくり活動の発展に努めていただくことを期待する。また、ウォーキングの楽しさを実感していただく場として「健康ウォーキング」を実施する。

・第12回健康ウォークラリー大会

募集チーム数:60チーム(1チーム4人(性別は問いません。))

開催日: 令和6年11月15日(金)

主管: 高取町老人クラブ連合会・明日香村老人クラブ連合会

開催地: 高取町リベルテホール~キトラ古墳周辺

対象者: 会員及び県内の一般高齢者

・第11回健康ウォーキング

開催日: 令和6年11月1日(金)

場所: 宇治源氏物語ミュージアム~平等院

対象者: 会員及び県内の一般高齢者(大椿寿7月号で募集)

・ウォークラリー用ゼッケンの貸し出し

**(5) 「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6年5月11日(土)～

開催場所：橿原公苑及び近隣の陸上競技場

対象者：県内の一般高齢者等

・**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**

**1,756 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)**

**632 千円**

健康を保持・増進するフレイル(虚弱)予防活動の推進、友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動の推進など、高齢者を地域で支える活動を具体的に実践できるリーダーを養成するため、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の習得を目的とした講座を開催する。

・**介護予防・健康づくりリーダー養成講座**

できるだけ多くの方に受講していただけるよう、今年度より、開催時期及び日数を変更する。

開催時期：令和6年11～12月 [県社会福祉総合センター]

受講日数：4日間

対象者：各市町村老人クラブ連合会会長の推薦を受けた者

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、事故防止・消費者被害等

**(2) 老人クラブ指導者研修事業**

**394 千円**

活力ある長寿社会づくりを図るため、高齢者の経験、知恵及び能力を社会に生かし、地域活動や健康づくり、介護予防活動等への協力及び支援ができる者を育成する。

・**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6年10月25日(金) [県社会福祉総合センター]

「**活動賞**」

次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組みを行っているクラブ・老連を表彰する。

・全国老人クラブ連合会会長表彰(県老連から5団体以内を全老連へ推薦)

・奈良県老人クラブ連合会会長表彰

【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、上記の分野にあてはまらない活動

### 「会員増強運動推進賞」

- 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が開催する「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」を育成をする。

令和6年12月5日(木)～12月6日(金)（東京都）

## (3) 表彰式・各種大会参加事業

576千円

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、近畿・全国の老人クラブのリーダーが一堂に集う研修会・大会に参加する。

### ・老人福祉功労者等表彰式 令和6年9月6日(金)

場 所：奈良公園バスターミナル レクチャーホール

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6年6月27日(木)

場 所：京都府民総合交流プラザ(京都市)

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53回全国老人クラブ大会 令和6年11月20日(水)～21日(木)

場 所：神奈川県民ホール(横浜市)

対象者：表彰受賞者、県老連役員ほか

## (4) 女性部会活動促進事業

154千円

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、模範となる取組みについての事例研究、討議を目的とした研修会を開催する。

・常任委員会…令和6年5月23日(木)、令和7年3月13日(木)

・手芸講習会…令和6年6月25日(火)

### ・女性部会活動研修会

開催日：令和7年2月13日(木) [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組みを呼びかけ、見守りサポーターの単位クラブへの設置に努める。

**老人クラブ広報活動促進事業**

93 千円

奈良県老連の活動報告や行事、催し物の募集をはじめ、高齢者に関わる様々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、ホームページでも県老連の各種事業の実施報告、実施案内、参加募集等の情報を、随時、広く提供する。

## ・機関紙「大椿寿」

発行部数:52,000部 年2回(発行月 7月・1月)

会員世帯及び関係者等に配布

※今年度(令和6年7月号)から、(株)博報社が編集協力

## ・ホームページ

定期的メンテナンスのほか、本年度は、ホームページから各種行事への参加申込ができるようにするなど、利便性を高めるための改良を行う。

## ・高齢者関連等の資料の貸出し

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)に資料を貸し出す。

【貸出し資料】

- ・DVD 「認知症を理解し、地域で支える」、「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」、桂枝雀落語全集、やすしきよし漫才、綾小路きみまろ等
- ・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**

6,260 千円

**(I) 法人運営**

## ① 法人・組織の運営

- ・定時評議員会の開催 令和6年5月31日(金)
- ・理事会の開催 年5回(別記「主な行事予定」参照)
- ・監事会の開催 令和6年4月22日(月)

## 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6年5月31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6年8月27日(火)
- ・都道府県・指定都市老連事務局長会議 令和6年7月30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・事務局長)  
令和7年2月4日(火)～5日(水)

## 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6年4月24日(水)京都府  
令和6年8月2日(金)堺市  
令和7年2月19日(水)奈良県

**(2) 会員増強運動推進事業**

「全国老人クラブ100万人会員増強運動」(H26から5か年)及びその後の奈良県老連独自の会員増強運動にもかかわらず、会員の減少に歯止めがかかっていない。

人生 100 年時代といわれ、健康寿命の延伸や社会の活力維持に向け、高齢者の活躍に大きな期待が寄せられるなか、一人でも多くの高齢者に、老人クラブの活動を理解し、老人クラブに加入いただき、組織の維持・発展と活動の強化を図るため、会員増強運動を継続して推進する。

(推進の方向)

- 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。
- 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 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

### (I) 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推進するとともに、関係機関・団体と連携を進める。

#### 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の推進

ア 健康活動

- i. 健康を保持・増進するフレイル(虚弱)予防活動の推進
- ii. 「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

イ 友愛活動

- i. 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
- ii. 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

ウ 奉仕活動

- i. 「社会奉仕の日」一斉奉仕活動の推進
- ii. 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日～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」の全国三大運動へ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 「能登半島地震災害救援拠金」運動への協力

高齢者への友愛の心として、令和6年能登半島地震の被災地すべての高齢者への励ましと老人クラブ及び老人クラブ連合会の支援を行うため、全国老人クラブ連合会が行う「能登半島地震災害救援拠金」その他の支援策に協力を行う。

#### 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、老人クラブ会員の活動中や日常生活におけるケガ等に対応する老人クラブ保険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図る。

- I 「老人クラブ団体賠償責任保険」、「老人クラブ傷害保険(24時間型・活動型)」「老連専用行事保険」の普及拡大
- II 「老人クラブ会員章」の普及拡大

⑤ 「新地域支援事業」に呼応した行動

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、市町村が実施する新地域支援事業と連携し、介護予防・生活支援サービスの担い手として、活動ができるよう取り組む。

⑥ 高齢消費者被害防止の取組み

高齢者を狙った詐欺、悪質商法の被害防止に向け、活動や日常生活を通じて被害防止情報を「伝える」、困っているサインや周辺の不審な様子を見逃さないよう「気をつける」、関係者に「つなぐ」を柱に、関係機関と連携しながら被害防止活動に努める。

⑦ 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ところが多く連携に努める。

⑧ 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。