

# 笑顔が あふれる

## 場所



『老人クラブ』と聞いて、あなたはどのような印象を思い浮かべるでしょうか。

「おじいちゃんやおばあちゃんがいつも楽しくそうに通っていた」と記憶している方も多いと思いますが、どんな活動をしているかは知らない方も多いのではないのでしょうか。

今号では、概ね60歳以上の方が、健康づくりや仲間づくり、まちづくりに取り組む『老人クラブ』を紹介します。

平均寿命が80歳を超え、100歳を迎える方もまれではなくなっています。私たちの長い人生には進学や就職、結婚などのさまざまな節目があり、仕事などが一段落した第2の人生のスタートも大きな節目の一つです。

生活スタイルが大きく変わり、仕事などに費やしてきた時間の使い道に困ってしまったとき、自分だけの時間をより有意義なものとするため、『老人クラブ』であなたの『生きがい』を探してみませんか。