

裏面は、行事の
ご案内です。

❁ニセコ町老人クラブ連合会からの❁

お知らせ

老人クラブの会員を募集しています。

おおむね65歳以上のニセコ町民の方、老人クラブに加入しませんか。

ニセコ町の老人クラブは本通・東・南西・川北の地区に分かれており、各クラブ独自の活動の他、ニセコ町老人クラブ連合会や寿大学と連携して活動を行っています。

近年、研究機関によって、老人クラブでの仲間づくりが”健康長寿”にプラスの影響を与える可能性が大きいことが判りました。

そのポイントは？

- ① 人との交流が多いと健康にプラス！
- ② 運動は仲間とすると健康にプラス！
- ③ サロンへの参加は健康にプラス！
- ④ 笑いのある生活が健康にプラス！
- ⑤ 地域組織への参加は健康にプラス！
- ⑥ 地域で役割を担って長生きしよう！

老人クラブでは、健康な時から参加できる集いと活動の場です。他にも様々なメリットがあります。まずはお話を聞いてみませんか？



【お問合せ】

社会福祉法人ニセコ町社会福祉協議会
ニセコ町字富士見95(町民センター内)

TEL: 0136-44-2234 (担当: 久保・滝下)