

オールとしまで地域の**見**守り

見守り活動実施中！

高齢者クラブ

高齢者クラブとは、おおむね60歳以上の方で構成され様々な活動を自主的に行っているクラブです。主に一人暮らし高齢者の方を対象として「見守り友愛活動」も実施しており、高齢者が住み慣れた地域で安心して住み続けられるまちづくりに大きく貢献しています。

祝！60周年

区制90周年と同時に高齢者クラブ連合会も60周年を迎えました。

記念式典の開催や記念誌の発行など様々な60周年記念事業を展開中です。

ホームページができました

豊島区高齢者クラブ連合会のホームページができました！

楽しい行事予定や活動記録などを掲載中です。ぜひ一度ご覧ください。



活動内容

- 輪投げ大会
- 健康教室
- ボッチャ大会
- 体力測定
- コーラス
- 見守り友愛活動など



高齢者クラブ 会員募集中！

あなたも高齢者クラブに入って仲間と一緒にいつまでも楽しく、元気に、笑って過ごしてみませんか。お気軽にお問い合わせください。

豊島区高齢者クラブ連合会 ☎ 5950-2511
(火・木曜日の午前9時30分～午後4時)
✉ toshima.elder.club@sunny.ocn.ne.jp
📍 管理グループ ☎ 4566-2429

認知症サポーター

認知症を正しく見守る



ご自身や周囲の方のために認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことを言います。

豊島区では認知症サポーターとなるための講座を実施しています。

詳しくは区ホームページをご確認ください。

📍 介護予防・認知症対策グループ ☎ 4566-2433



つながるサロン

地域みんなでゆるやかな見守りを

地域の方々が主体となり、介護予防活動を楽しむ「つながるサロン」に参加してみませんか？

- ・65歳以上の区民であればどなたでも参加できます
- ・仲間と一緒に楽しく介護予防に取り組みます
- ・体操や手芸、スポーツ、脳トレなど、サロンごとに多種多様な活動をしています
- ・「地域のつながり」ができることで、住み慣れたまちで安心して過ごすことができます



園芸活動でいきいき介護予防



定期的な運動をするきっかけにも

📍 総合事業グループ ☎ 4566-2435



「つながるサロン」の紹介動画をYouTubeで公開中！