

## ゆめクラブ藤沢の魅力と特典

会員になると、心身共々健康寿命をのばし  
仲間と支え合いながら、いきいきとした  
シニアライフが実現します

### 1、自主運営の組織です

- ① 会員による、自主運営の組織です
- ② 会員の考え、経験、知識が活かされます
- ③ 国や市など公の機関から補助金が支給されます
- ④ 表彰制度があります

### 2、地域に新しい仲間ができます

- ① 地域の諸団体と各世代との新たな交流ができます
- ② 知識・情報などを共有し、社会性の保持と連帯感が深まります
- ③ 旅行・趣味など行動範囲が広がります
- ④ 楽しみが確実に増えます

### 3、健康の保持・増進になります

- ① 体操・ウォーキング・スポーツ・体力測定などへの参加によって、閉じこもりの防止、健康の保持・増進になります
- ② 医療費・介護費の軽減につながります
- ③ 高齢者の孤立阻止としての友愛訪問活動や、社会貢献の奉仕活動を通じてこころと身体健康が実感でき、認知症予防にもなります

### 4、知識や経験を生かし新しい能力の発揮ができます

- ① これまでの仕事・趣味などの知識や経験を生かす機会が増えます
- ② 新しい学習や能力を生かす機会が増え、自己実現につながります
- ③ 地域の文化を世代間交流で、若い人達に伝承することができます

### 5、社会活動への参画と貢献ができます

- ① 支え合い活動やボランティア活動など地域福祉の一翼を担います
- ② 福祉・医療・まちづくりなどについて、行政に高齢者の立場から意見・提言ができます

### 6、心の安らぎ、充実感が得られます

- ① 活動を通じて孤独感が無くなり、心の安らぎが得られます
- ② 活動の達成感や満足感など、多くの喜びを味わうことができます
- ③ もしもに備えて、活動中などのケガ、事故、相手の損害を補償する3つの老人クラブ保険の加入制度があり、安心して活動ができます



