

高知市老人クラブ連合会

のばそう!
健康寿命

担おう!

地域づくり

会員
大募集!!



社会奉仕活動



健康づくり活動



花いっぱい活動



市老連を応援して頂いた協賛企業一覧 (6年度)

四国銀行 総務部／高知銀行／高知プラントサービス株式会社／高知信用金庫／安楽寺／セリーズ／株式会社 高知事務機
有限会社 さくらハイヤー／あおぞら診療所／医療法人防治会 いずみの病院／特定医療法人久会 図南病院／株式会社 山元
株式会社 伸光堂／ミタニ建設工業株式会社／トヨタカローラ高知株式会社／とさでん交通株式会社／株式会社 尾崎塗装工業
株式会社 金剛／菓舗浜幸／株式会社 田部海運／医療法人オリーブ大川内科／城西館／日成土木／山村診療所／大崎商会
オートテック・221／株式会社 SKK／有限会社 双葉／株式会社 第一コンサルタンツ／高知会館

「老人クラブに入るにはまだ早い」と言われますが、当クラブは**高齢だから入るクラブではありません**。仲間をつくり、前向きに自分の人生をより楽しみ、健康寿命をのばそうとする方の入会を心よりお待ちしております。

クラブ 入会要件

高知市にお住まいの、おおむね60歳以上の方。

市老連とは？

「市老連」とは高知市老人クラブ連合会の略称です。老人クラブは、「老人福祉法」に基づく高齢者の親睦団体で、市老連は昭和36年11月に設立し、64年を超える歴史を持ち、「健康・友愛・奉仕」をモットーに高知市全域で活動しています。

市老連は市内に17のブロック会を置き、単位老人クラブ102団体、会員数約3,500人を有する組織です。高知市等の行政機関とも連携し、超高齢社会における心豊かで生きがいのある高齢者福祉の実現を目指して取り組んでいます。

主な活動拠点は、高知市南部健康福祉センター、高知市西部健康福祉センター、春野あじさい会館、高齢者ふれあいセンター、東部高齢者いきいきセンターの5か所です。

市老連の活動は？

(1) 学 習 生き活き大学



(2) スポーツ グラウンド・ゴルフ、健康ウォーキング、ボウリング



(3) 支援事業

単位老人クラブへの補助・支援、ミニデイ・サービス、地域支えあい事業

(4) 講座運営

文化活動として69講座の開設・運営（市内5拠点）

(5) 大会等

健康まつり、シニア文化祭、戦争と平和を語る会、豆まき集会、無事故無違反チャレンジ100、こどもの日の集い、交通安全教室、カラオケ、花いっぱい活動等

(6) 研修会

幹部研修会、友愛活動部推進員研修会

(7) 広 報

「市老連だより」年2回発行、「憩所ニュース」毎月発行

ホームページの運営 (<https://kochi-shirouren.com>)





定例講座



シニア文化祭



戦争と平和を語る会



こどもの日の集い



健康まつり



カラオケ



ミニデイ行事

高知市地区別老人クラブ一覧表

令和7年4月現在

朝倉	針木楽天会	長浜	瀬戸東町3丁目寿クラブ	大津	舟戸老人クラブやまもも会	秦	中秦泉寺長寿会
	朝倉三和会第一老人クラブ		横浜衣ヶ島会		青葉会		北秦泉寺長寿会
	朝倉三和会第二老人クラブ		瀬戸東町八千代会		隼人老人クラブ		東秦泉寺長寿会
	朝倉三和会第三老人クラブ		瀬戸西団地第一寿クラブ		睦会		西秦泉寺長寿会
	若草よつば会(若草町老人クラブ)		瀬戸西団地第三寿クラブ		長咲クラブ		前里いきいきクラブ
	朝倉長田団地シルバーワーククラブ		横浜新町はつらつクラブ		大津関長寿会		加賀野井グリーンクラブ
	若草ほのぼの会		横浜新町5丁目熟年クラブ		紅葉会		愛宕山南町長寿会
鴨田	針木くろしお会	三	かえでクラブ	高須	北浦ピースクラブ	初月	MS 寿会
	神田中央ふれあい会		瀬戸なかよし会		高須高寿会		南万々老人クラブ
	東吉野団地長寿会		横田野若松会		新木新町高寿会		
	鴨部やちよ会		瀬戸フレンド会				
潮江北	能茶山むつみ会	五台山	仁井田西部福寿会	一宮	一宮東そめい会	旭	本宮町西老人クラブ
	平田さんさんクラブ		種崎一区千笑会		逢坂平団地萌の会		城山町朗人クラブ
	あったかクラブ		種崎中区千松会		千歳会		山手クラブ
			種崎四区老人クラブ千松会		土佐いっく成年団		老人クラブわかば会
潮江北	塩屋崎町寿会	五台山	種崎五区千松会	荊野	一宮米元老人会	鏡	城見台老人クラブ
	潮いなほクラブ		御神母クラブ		一宮西長寿会		横内団地クラブ
	潮江東の丸筆山会		十津若草会				
	天神町はっする会						
潮江南	さんろくクラブ	高須	五台山紅葉会	高知街南街下知	荊野西三五クラブ	土佐山	今井老人クラブ
			新田倉谷老人クラブ		荊野東若葉会老人クラブ		高知市鏡東部老人クラブ
			五台山桜会				高知市鏡西部老人クラブ
			五台山鳴谷老人クラブ		二葉町老人クラブ		
潮江西	高見梅花クラブ	介良	五台山双葉会	北街		春野	弘岡中第一あやめ会
	竹島町第一長生会		和泉りんりん会		はりまや町3丁目西老人クラブ		西諸木・花一幻
	竹島町第二長生会		五台山三ツ石長寿会				森山第一三宝会
			五台山東団地きらりクラブ				春野 若柳会
潮江西		江ノ口	高須高寿会	江ノ口	江ノ口第一長生会	平和	西諸木・花神楽
	城南長寿会		新木新町高寿会		江ノ口第二長生会		平和仲良し会
					江ノ口三・五長生会		
		中野	介良第三寿会				
			高知市介良横堀寿会				
			瀬見台睦会				
			中野寿会老人クラブ				

お問い合わせ先 **高知市老人クラブ連合会**

高知市百石町3-1-30
南部健康福祉センター 2F

Tel 831-3324 Fax 878-9076 E-mail : koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp

高知市老人クラブ加入申込書

加入申込日(令和 年 月 日)

加入クラブ名			
お名前			男・女
生年月日	大正・昭和	年	月 日
ご住所	〒 高知市		
電話番号	固定	088	— —
	携帯	—	—