

憩所ニュース

No. 589

令和5年 5月 1日
編集・発行 高知市老人クラブ連合会
高知市南部健康福祉センター2階
高知市百石町 3-1-30
電話 088-831-3324

高知市
高齢者
憲章

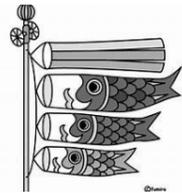
1. 高齢者が、生き生きとした人生を送れるよう、心身の健康と安定した暮らしが守られる町にしましょう。
2. 高齢者が、長年にわたり社会の発展に貢献してきた者として、敬愛される町にしましょう。
3. 高齢者が、培ってきた豊かな知識と経験が、家庭や地域社会で役立てられる町にしましょう。
4. 高齢者が、地域の人々との交流と温かいふれあいのなかでともに支え合える町にしましょう。
5. 高齢者が、生涯を通じて学び生きがいをもって人生を過ごせる町にしましょう。

市老連ホームページ <https://kochi-shirouren.com>
E-mail: koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp



第62回高知市老連定例総会

1. 日 時 令和5年6月8日(木)開会10:00
2. 場 所 城西館(高知市上町 2-5-34 電話 088-875-0111)
3. 議 案 ①令和4年度事業報告
②令和4年度決算及び監査報告
③役員改選
④その他
4. 懇親会 総会終了後、昼食を兼ねた懇親会をします。会費は5,000円です。
5. 出 欠 各単位クラブ会長へご通知しますので、同封の返信ハガキで5月19日(金)までにご返事をお願いします。



◆令和5年度生き生き大学受講生募集◆

【目的】幅広い学習の場を提供することにより、仲間づくりと新しい知識や刺激を吸収することに生きがいを持ち、心豊かな生活の実現を願って「生き生き大学」を開講します。

期 間 令和5年6月～令和6年3月
開 催 日 毎月第4金曜日 10:00～14:30
場 所 高知市南部健康福祉センター2階 ホール他
募集人員 老人クラブ会員 50名(定員になりしだい締め切り)
受 講 料 ¥4,000-(年間)

詳しくは、高知市老人クラブ連合会 電話 831-3324

市老連だよりの原稿を募集します!!

原稿をお寄せください。

投稿内容:クラブ活動の記録、エッセイ、俳句、短歌、川柳や絵画、書道、写真などなんでも結構です。
(文章は市販の原稿用紙2枚まで。写真がありましたらぜひ添えてください。)

お願い:必ず氏名・所属クラブ名・電話番号をご明記ください。こちらから内容等お聞きする場合があります。
投稿先:各単位老人クラブ会長、ブロック会長または文化事業部、市老連事務局までお届けください。

第35回成年部健康ウォーキング「春野運動公園コース」報告

①春野運動公園クロスカントリーショートコース(1.9km)18名 ②春野運動公園クロスカントリーロングコース(3.2km)24名

桜が満開の中、初めてのコースの「春野運動公園クロスカントリーコース」ウォーキングを開催しました。今回は、交通手段がない参加者にバスをチャーターし、お弁当を持参のお花見を兼ねたコースを企画しました。距離は短いもののアップダウンのあるコースで高いところからの眺めはとてもよく、参加された方からは「景色がきれいで来てよかった」、「ちょうど距離やった」、との声がありました。ウォーキング後は広場でお弁当を食べ、ワナゲを楽しみ、くじ引きをしてみんな笑顔で帰りました。

