



ホームページを活用しよう クラブ紹介など（地域活動情報）を発信しよう

市川市高齢者クラブ連合会副会長・企画部長 岩松 昭三

たくさんの活動を紹介しています！
ずっと元気でを目指し皆さんに合う活動を見つけよう！

各クラブの活動で“つながり”を育み、個人の「健康づくり、生きがいづくり」を担う高齢者クラブの活動の意義、福祉貢献など地域生活者との共有化ができればと思います。「市高連ホームページ」をとおし、私たちの活動を発信しよう。

市高連ホームページで
《高齢者クラブをPRしましょう》

市川市高齢者クラブ連合会
・活動紹介
・行事予定
・各クラブ紹介
・会報
・入会案内



ずっと元気でたくさんのふれあい活動見つけませんか！

～『のばそう！健康寿命。 担おう地域づくりを』～

健康で長生き、周囲から明るく明るくと親しまれ、運動や趣味を通じて、

連帯の輪を広げ、支え合うことできる「ご近所」さんは、ありますか？

「いつでも・どこでも・誰でも」

生きがいづくり

（生活の充実）

自らの生活を豊かにする楽しい活動



地域づくり

（社会貢献）

安全・安心な街づくり活動



市高連「高齢者クラブ」では地域の皆さんのが楽に参加できる、

息抜きやふれあいの場として活動しています。

問い合わせ先

市川市高齢者クラブ連合会
〒272-0136 千葉県市川市新浜 1-9-15-301
「市川市高齢者クラブ連合会」
☎047-396-2629

健康づくり

（健康寿命を伸ばす）

心と体の健康づくり介護予防活動



仲間づくり

（同世代の連帯・支え合い）

趣味・教養活動でのつながりと
仲間同士が支えあう友



◇「QRコード」から「スマホ」を活用

高齢者クラブ連合会の活動や単位クラブの活動、身近に起こったことなどの掲載された地域の活動を知るためにも、たいへん役に立ちます。

また、自分たちの活動をアピールするためには絶好の場所です。

◇単位クラブの活動を投稿しましょう（自分たちの活動のアピール）

投稿のための基本操作は未経験でも大丈夫です。ご連絡ください。

連絡先：市高連企画部

電話：047-373-8552

担当：岩松



会員申込要項はホームページより閲覧・ダウンロードいただけます。

市川市高齢者クラブ連合会ホームページ <https://sikourenn.jp/>