

# 令和6年度 北区シニア連事業計画

自 令和6年4月 1日

至 令和7年3月31日

## 今年度の活動目標

1. 仲間を広げる加入促進活動をすすめよう
2. 健康寿命をのばす健康づくり・介護予防活動をすすめよう
3. 友愛・奉仕活動による社会貢献をすすめよう
4. 若手リーダーを養成し、魅力あるシニアクラブ活動をすすめよう
5. 地域のさまざまな関係団体と連携し、地域の力で高齢者等を支え、安全・安心のまちづくりをすすめよう

月	日(曜)	事業名	会場等
4	8(月)	北区シニア連 会計監査	東十条区民センター
5	16(木) 16(木) 21(火) 28(火)	第66回北区シニア連 定期総会 東老連女性部会 (全体会) 東老連軽スポーツ講習会(予備日24日) 東老連第1回定時総会 (事業報告・決算)	赤羽会館講堂 ウェルネスエイジ 武蔵野中央公園 ウェルネスエイジ
6	12(水) 14(金) 19(水) 20(木) 21(金) 21(金) 24(月)	東老連新任単位クラブ会長研修会 北区シニア連「のど自慢大会」 第1回健康教室事業「筋力アップ体操」(赤羽支部) 同上 (王子支部) 同上 (滝野川支部) 東老連軽スポーツ「輪投げ大会」 東老連レクダンス・エアロビクス講習会	新宿角筈区民ホール 赤羽会館講堂 赤羽会館大ホール 赤羽会館大ホール 滝野川会館大ホール 中野区立総合体育館 渋谷区スポーツセンター
7	(上旬) (上旬) 10(水) (下旬)	東老連健康づくり大学校 (入学式) 北区シニア連新任会長研修会 北区シニア連「囲碁・将棋・麻雀大会」 東老連手作り品講習会	ウェルネスエイジ 東十条区民センター 赤羽会館大ホール ウェルネスエイジ
8			
9	(上旬) 15(日) ~21(土) 18(水) 24(火) (下旬) 26(木) 30(月)	東老連女性リーダー研修会(宿泊) 「老人の日・老人週間」行事の実施 「社会奉仕の日」全国一斉運動 北区シニア連「福祉大会」 東老連体力測定講習会 北区シニア連役員研修会 第2回健康教室事業「楽しい健康講座」 第59回東老連芸能大会	赤羽会館講堂 渋谷区スポーツセンター 滝野川会館大ホール 文京シビックセンター

月	日(曜)	事業名	会場等
10	1(火) 1(火) ~31(木) 2(水) 16(水) 19(土) ~20(日) 24(木)	「北シニア連だより」第50号発行 赤い羽根共同募金運動 北区・北区シニア連共催「輪投げ大会」 東老連軽スポーツ「ペタンク大会」(予備日23日) 北区シニア作品展 北区シニア連友愛実践活動事業「手作り品講習会」 北区・北区シニア連共催「グラウンド・ゴルフ大会」 (予備日10月30日)	滝野川体育館アリーナ 武蔵野中央公園 北とぴあ展示ホール 北とぴあ展示ホール 北運動場
11	(上旬) 7(木) 8(金) 15(金) 20(水) ~21(木) 26(火)	北区シニア連女性部企画日帰り研修会 東老連城北ブロック輪投げ大会(北区担当) 東老連「グラウンド・ゴルフ大会」(予備日13日) 友愛実践活動事業講演会 全国老人クラブ大会 シニア健康フェスタ東京	滝野川会館大ホール 武蔵野中央公園 北とぴあつつじホール 神奈川県民ホール 武蔵野の森総合プラザ
12	13(金) 17(火) (中旬) 18(水) 19(木) 20(金)	東老連健康づくり大学校(卒業式) 創立60周年記念第38回東京都老人クラブ大会 東老連区市町村連合会長・役員宿泊研修会 第3回健康教室事業「筋力アップ体操」(赤羽支部) 同上(王子支部) 同上(滝野川支部)	ウェルネスエイジ 文京シビックセンター 赤羽会館大ホール 赤羽会館大ホール 滝野川会館大ホール
1	8(水) 15(水) (中旬)	東老連賀詞交換会 北区シニア連新年会 東老連認知症予防講座	雅叙園 赤羽会館大ホール
2	1(土) (上旬) 7(金) (中旬)	「北シニア連だより」第51号発行 東老連友愛リーダー研修会 第4回健康教室事業「介護予防講演会」 北区シニアクラブ事務説明会	滝野川会館大ホール
3	(上旬) (中旬) (下旬)	東老連区市町村老連会長・担当者会議 東老連健康講座 東老連第2回定時総会	

- ◇その他の事業等
- (1) 毎月正副会長会・定例役員会
  - (2) 女性部役員会随時
  - (3) 会員加入促進運動プロジェクトチーム会議
  - (4) 各種委員会
  - (5) 東老連の各種行事に参加