



## 地域でつながり、健康で豊かな人生を 悠容クラブ(老人クラブ)

悠容クラブに入会して、楽しく健康寿命を延ばしませんか？

### 悠容クラブとは？

悠容クラブの理念は「健康・友愛・奉仕」

- ・悠容クラブは、高齢者の生活を健康で豊かにするため、地域の高齢者が自主的に結成している団体です
- ・富士市内各地区の町内会・区ごとに、老人クラブ（単位クラブ）を結成しています

・気の合う仲間が集まり、自らの生きがい高め、健康づくりを進める活動やボランティア活動をはじめとした、地域を豊かにする様々な活動の中で、助け合い、つながり続けます

### どんな活動をしているの？

#### 健康づくり

シニア世代に適した、グラウンドゴルフなどのスポーツや体操、レクリエーションなど、楽しみながら心と身体健康づくりを行っています。

#### 社会奉仕活動

明るく住みよいまちづくりのため、花いっぱい運動や神社の清掃などの美化・社会奉仕活動を行っています。

#### 地域の教育へ貢献

豊富な人生経験や知識を生かし、地域の生活文化の伝承や児童の見守り、教育現場における社会教育講座への協力を行っています。

#### 友愛活動

寝たきりや病弱な人への訪問・お便りなど、つながりを絶やさず励ます「友愛活動」を通じて、支え合う活動を行っています。

#### サークル活動

親睦旅行、趣味や文化活動など多彩な活動を行っています。

#### 会報や文集の発行

シニア世代の活動や考え方を語り合い、皆で新しい時代の知識を学んでいます。

### どうしたら入会できるの？

おおむね60歳以上の入会者が必要です。まずはお気軽に、富士市悠容クラブ連合会事務局にご連絡ください。



### 問合せ

福祉総務課（市役所4階・富士市悠容クラブ連合会事務局）  
☎(55)2757 ㊟(52)2260  
✉fu-fukushisoumu@div.city.fuji.shizuoka.jp



▲詳しくはこちら

お知らせ

募集

講座・イベント



## だれもがいつでも・どこでも・いつまでもスポーツをエンジョイ！ エンジョイスポーツデー



10月11日(土)に、富士総合運動公園などの市内スポーツ施設で様々なスポーツイベントを開催します！

### ●各種イベント

富士総合運動公園 陸上競技場

9時30分～16時

- ▼青空ヨガ▼スポーツ自転車体験教室▼陸上記録会（100メートル・800メートル）▼モルック・ラダー

ゲッター体験▼体力測定▼消費者啓発クイズ

### ●スポーツ体験教室

9時～16時30分

北里アリーナ富士

- ▼卓球▼ウォーキングフットボール▼スポーツチャンバラ▼空手道▼インディアカ

富士総合運動公園

- ▼グラウンド・ゴルフ▼テニス▼ソフトテニス▼弓道

市立富士体育館

- ▼ソフトバレーボール▼空道▼柔道

富士柔剣道場

- ▼なぎなた

合気道

市立富士川体育館

- ▼吹矢▼ボッチャ▼フライングディスク(ドッジビー)▼スケートボード

### 岩本山ゴルフ練習場

▼ジュニアゴルフ（施設利用料は、一人500円）

### ●スポーツ施設無料開放

8時30分～21時

富士総合運動公園（北里アリーナ富士、市立富士体育館、市立富士川体育館）へお問い合わせください。

※富士総合運動公園庭球場、北里アリーナは、整理券配布後受付。

※各イベント・教室の開催時間は、施設ごとで異なります。

### ！ 事前申込をお願いします

9月27日(土)までに、市ウェブサイトで電子申請するか、申込書(★)に必要事項を記入し、直接またはEメール・FAXで、文化スポーツ課へお申し込みください。

★申込書は、市ウェブサイトダウンロードできます。市役所2階総合案内・5階文化スポーツ課、各スポーツ施設、各地区まちづくりセンターでも配布しています。

※一部を除き当日参加もできますが、受付時の混雑を避けるため、できるだけ事前申込をお願いします。

### 問合せ

文化スポーツ課（市役所5階）  
☎(55)2876 ㊟(57)0177  
✉si-bunspo@div.city.fuji.shizuoka.jp



▲詳しくはこちら