

南町田・鶴間・小川・つくし野・南つくし野
エリアの老人クラブを紹介していきます♪

地域でいきいき！ 老人クラブ特集

活動MAP

高齢者支援センター
では、各団体の情報を
掲載した冊子を配
布しています。

老人クラブとは？

地域の高齢者が会費等を集めて自主的・民主的に活動している任意団体です。
高齢者の知識や経験を活かし、多様な社会活動を通じて、いきいきとした高齢社会を
実現することを目的としています。

セシアシニアクラブ（南町田）

シニアクラブについて教えてください

2005年3月に設立し、今年で21年になります。
会員数は35名。男女比は4:6で、平均年齢は
約80歳です。
自治会の協力を頂いて活動しております。

守屋会長

どんな活動がありますか

町トレがメインです。

他に自治会同好会があります。

- ①ウクレレクラブ ②カラオケ会 ③絵手紙クラブ
④囲碁クラブ ⑤ポップコーラスセシア
⑥ヨガバレエクラブ

守屋会長

会全体での活動を教えてください

毎月第2水曜日を月例会として行事を行って
います。映画鑑賞会や落語寄席会、バス旅行、食事
会等、気軽に参加しやすい企画を実施していま
す。毎回、その月の誕生祝も行っています。
会員には、ご案内やクラブ便りを配布しています。

守屋会長

町トレ

場所：ガーデンセシアマンション内キッズルーム
活動日：毎週火曜日 10:00～10:30

ここからだも元気にするトレー
ニングとして、2017年5月から活動
をしています。立ち上げ時より開催回
数を集計しており、今年10月の取材
時は382回目です。

毎回、20名前後の参加者で行って
おり、随時参加者を募集しています。



みんなで声を出し
てカウントします。

日帰りバス旅行

場所：年に数回、様々な場所に
活動日：出かけています。

年に数回、会長の企画で様々な場所
に観光バスで出かけています。
今年は、3月に西平畑のまつだ桜ま
つり、6月に薬師池菖蒲園散策、11月
は、山梨県の県立リニア見学センター
へ行ってきました。

3月
西平畑公園
桜まつり



6月
薬師池菖蒲園



原ふれあいクラブ（南町田）

原ふれあいクラブについて教えてください

20年程前に原町内会の協力団体として発足しま
した。会員は、全体で約110名です(女性が6割、男
性が4割)。80代の方が多く活躍しています。

小宮
前代表

どんなクラブ活動がありますか

現在は9つのクラブがあります。

- ①初心者パソコン教室 ②絵手紙教室 ③マージャン友の会
④ホールインボール部 ⑤お習字手習い塾 ⑥ゴルフ同好会
⑦散歩会 ⑧マレットゴルフ愛好会 ⑨カラオケ友の会

鶴島代表

会全体での活動を教えてください

年に1度のバス旅行で、今年度は山梨県の昇仙峡に行き
ました。3月の定期総会では、懇親会も行います。
活動報告やお知らせを掲載した会報(年2回)や、活動
予定表(3か月毎)の発行もしています。会員は、どのク
ラブ活動にも参加でき、自分のペースで活動できます。オリ
ジナルスポーツを考えるなど会の内容を工夫し、ベテラ
ンの会員も、若い方でも楽しめるのが魅力です。

鶴島代表

散歩会

場所：毎回異なります(例：香山園、羊山公園(秩父)など)
曜日：第1日曜日(2・8月はお休みです)

登山部として発足し、現在は、参加者
誰もが楽しめるよう、散歩会となりました。
行き先を決めたらリーダーが下見を
し、工程の確認や雨天時の備えもして
いるので安心です。
30人前後で活動し、話題のスポットを
散策しています。

参加者多数！
お喋りも楽し
んでいます。



10月は
小田原へ。



絵手紙教室

場所：原公民館
曜日：第2・4金曜日 13:00～16:00

活動が始まって約20年になります。
前半は、季節を取り入れながら作品
づくりをします。後半は、先生からコ
メントをもらいながら、お茶やおしゃ
べりを楽しんでいます。
初心者でも絵が苦手でも大丈夫です。
興味がある方はご参加ください。



作品は自治会
文化祭に出席
しました！

答え 多世代交流ワズ!!

こども向けクイズ：「月の石」当時3～4時間まちの大人気の展示でした。2025年の日本館では「火星の石」の展示が話題になりました。
シニア向けクイズ：「プラントベースフード」近年健康志向やSDGsの観点から注目され、2025年の万博では伝統食と合わせたメニューも話題に。

町田市南第1高齢者支援センター

〒194-0005 町田市南町田5-16-1 総合福祉ホーム芙蓉園1階

電話 042-796-2789 FAX 042-799-0079

開所日 月～土 8:30～17:00(祝休日・12/29～1/3を除く)

小川あんしん相談室(分室)

〒194-0003 町田市小川6-1-11

電話・FAX 042-812-2127

担当地域 鶴間・小川・つくし野・南つくし野・南町田

発行▶町田市南第1高齢者支援センター

編集▶板垣・牧野・亀田・竹村