

# 老人クラブ「老人の日・老人週間」推進要綱

9月15日は わが国老人福祉の記念日（原点）です

～仲間と集い、高齢者の元気な姿を示そう！～

## 1. 趣 旨

「老人の日・老人週間」は、国民の間で広く老人の福祉についての关心と理解を深めるとともに、老人に対し自らの生活の向上に努める意欲を促すために制定されました。

9月15日の「老人の日」から21日までの「老人週間」の期間中、内閣府、厚生労働省をはじめ、福祉・医療関係団体が主唱して、全国的なキャンペーンを展開しています。

この取り組みは、「老人の日・老人週間」制定の趣旨を踏まえ、キャンペーンに呼応して、老人クラブが展開する「健康」「友愛」「奉仕」の全国三大運動を中心とした活動をとおして、健康づくりと社会参加への高齢者の意欲と姿勢を示そうとするものです。

## 2. 主 唱

全国老人クラブ連合会 都道府県・指定都市老人クラブ連合会

## 3. 実施主体

単位老人クラブ 市区町村老人クラブ連合会

## 4. 推進期間

9月15日「老人の日」から21日までの「老人週間」の1週間

## 5. 実施内容

「健康」「友愛」「奉仕」の全国三大運動の取り組みを中心として、高齢者の意欲と姿勢を地域社会に示すものとする（別添「『全国三大運動』推進要綱参照」）。

## 6. 推進方法

### (1) 自主的・主体的な取り組み

① 単位老人クラブ、市区町村老人クラブ連合会

- それぞれのクラブ・地域の状況に合わせて、自主的に企画を立てて取り組む。
- 9月15日「老人の日」から21日までの「老人週間」の間に実施する。  
(地域の状況に応じて、その前後に実施しても差し支えないものとする。)
- 老人クラブ以外の地域の高齢者にも参加を呼び掛け、仲間づくりの拡大に努める。
- 「老人の日・老人週間」の周知・普及を図るとともに、高齢者の積極的な行動姿勢をアピールするため、のぼり・腕章・ユニフォーム・会員章等を活用する。

② 都道府県・指定都市老人クラブ連合会、全国老人クラブ連合会

- 内閣府、厚生労働省、福祉・医療関係団体が主唱する全国的なキャンペーン運動に呼応して、「老人の日・老人週間」の周知・普及に努める。
- 事前に組織内の単位クラブおよび市区町村老人クラブ連合会の先駆的な取り組みを把握し、テレビ・新聞等のマスコミに対しPR活動を行う。
- 実施後、会報等をとおして優良事例の紹介を行う。

(2) 関係団体との連携・協力

主唱・協力団体をはじめとする各段階の関係機関・団体との連携を図るとともに、地域住民や各世代の理解・参加が得られるよう取り組みを進める。

### 「老人の日・老人週間」制定と取り組みの経緯

昭和22年	兵庫県野間谷村（現・多可町）で、9月15日に敬老行事が開催される。
昭和25年	兵庫県、9月15日を「としよりの日」に定め、県民運動を展開。
昭和26年	中央社会福祉協議会（現・全国社会福祉協議会）、第1回「としよりの日」運動を実施（9月15日を「としよりの日」、同21日までの1週間を運動週間として推進）。
昭和27年	第2回「としよりの日」運動の行事実施要綱において、「老人クラブづくり」が掲げられる（運動名称は「としよりの日・としよりの福祉週間」となる）。
昭和38年	老人福祉法に「老人の日」が定められる（昭和39年から運動名称は「老人の日・老人週間」に改称）。
昭和41年	「老人の日」が「敬老の日」として国民の祝日となる（運動名称は「敬老の日・老人福祉週間」に改称。その後、平成5年に「敬老の日・老人保健福祉週間」に改称）。
平成14年	老人福祉法の改正により、9月15日が「老人の日」、同21日までの1週間が「老人週間」に制定される。 老人クラブ、「老人の日・老人週間」の制定を記念して、推進要綱を策定して全国運動を開始。
平成15年	国民祝日法の改正により、「敬老の日」が9月の第3月曜日となる。
平成22年	老人クラブ、推進要綱を一部改定。
平成26年	老人クラブ、推進要綱を一部改定。

# 健康・友愛・奉仕

## 「全国三大運動」推進要綱

### 1. 趣 旨

高齢期を楽しく、生きがいをもって、安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めていくことが必要です。

老人クラブは、発足当初から「健康」「友愛」「奉仕」の活動に取り組んできました。

わが国では、少子・高齢化、現役世代の減少が進むなか、団塊の世代が全て後期高齢者となる2025年を迎え、社会や地域においてさまざまな課題を抱えています。こうした中、地域共生社会の実現に向けた取り組みにおいて、老人クラブも重要な担い手として期待が寄せられています。

この要綱は、これまでの運動の成果を継承し、本格化する超高齢社会を明るく、豊かで活力あるものにすることを目指して、高齢者自らが取り組む「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動の一層の推進を図ることを目的とします。

### 2. 主 唱

全国老人クラブ連合会 都道府県・指定都市老人クラブ連合会

### 3. 実施主体

単位老人クラブ 市区町村老人クラブ連合会

### 4. 活動目標

- (1) 地域高齢者の健康づくり・介護予防活動
- (2) 在宅高齢者やその家族を支援する友愛活動
- (3) 安全・安心の住みよいまちづくりを目指すボランティア活動

### 5. 活動内容（例示）

#### (1) 健康活動

- 日頃の健康管理・正しい生活習慣の学習・実践（栄養・運動・休養、喫煙・飲酒、病気・ねたきり・認知症の予防、歯・口腔の健康づくり、薬の使い方、医療機関のかかり方、健康手帳やお薬手帳の活用、事故防止等）
- いきいきクラブ体操・健康ウォーキング・シニアスポーツの実施
- 趣味・サークル活動の拡充、おしゃべり会の開催
- 料理講習会・食事会の開催
- 家庭内外での転倒しない環境づくり、ヒヤリ地図の作成
- 健康診断・歯（口腔）の定期検診の受診促進、体力測定会の開催
- 高齢者医療や介護保険など制度・施策の学習 など

## (2) 友愛活動

- 関係機関と連携した集いの場づくり（サロン、ふれあい喫茶、居場所の確保等）
- 日常生活の困りごと支援（電球交換、ゴミ出し、物の移動、買い物等）
- 情報の伝達・提供（クラブや町内情報、福祉・防犯・災害・避難などの情報）
- ひとり暮らしや高齢者世帯への安否確認・声掛け・友愛訪問・話し相手・行事等への参加呼び掛け
- 認知症への正しい理解、権利擁護などの学習活動 など

## (3) 奉仕（ボランティア）活動

- 全国一斉「社会奉仕の日」（9月20日）の取り組み（下記参照）
- 公共施設や道路の清掃・美化・緑化・花づくり
- 資源回収・リサイクル活動
- 高齢者施設におけるボランティア
- 地域（子ども）見守りパトロール活動
- 防犯・防災のための活動
- 伝承や他世代交流
- 高齢者や地域から期待される活動への支援 など

## 6. 推進方法

### (1) 年間計画への位置づけ

運動は次の点に留意して、継続的・段階的に推進する。

- ① 「学習」「実践」「点検」の視点を計画に反映させる。
- ② 会員のみならず、地域の高齢者や他世代の参加を考慮する。
- ③ 活動が常に地域に開かれ、住民の理解と協力が得られるよう取り組む。

### (2) 「老人の日・老人週間」における取り組み

9月15日「老人の日」から21日までの「老人週間」の1週間を取り組みの重点期間とし、高齢者の健康づくり・社会参加への意欲と姿勢を示す。

### (3) 他世代・地域団体・教育機関との連携

運動を地域に広げるため、他世代、地域団体、近隣の教育機関との連携に努める。

他世代：幼年、少年、青年、壮年

地域団体：自治会、町内会、子ども会、青年・女性団体など

教育機関：保育園、幼稚園、小中学校、高校、大学など

### (4) 専門職・関係機関との連携

運動を効果的に進めるため、専門職、関係団体との連携に努める。

専門職：医師、歯科医師、薬剤師、保健師、看護師、栄養士、体育指導員、民生委員、ホームヘルパーなど

関係機関：行政、社会福祉協議会、医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会、保健センター、地域包括支援センター、老人保健・福祉施設など

## 全国一斉「社会奉仕の日」の取り組み要領

### 1. 経緯

- ・昭和59年度 神奈川県・横浜市・川崎市老連において、敬老の日（当時：9月15日）に感謝する「社会奉仕の日」を9月20日に設定し、一斉奉仕活動を実施。
- ・昭和60年度 活動が全国10数県に波及する。
- ・昭和61年度 全老連において全国三大運動の一つとして、一斉奉仕活動「社会奉仕の日」を実施することを決定。
- ・平成5年度 「花のあるまち、ゴミのないまち」をスローガンに掲げる。
- ・平成20年度 「環境にやさしい活動」を加え、「きれいな地球を子どもたちへ」を新たなスローガンとする。
- ・平成26年度 全国三大運動（健康・友愛・奉仕）の推進要綱を統合したことに伴い、老人クラブ「社会奉仕の日」要領を見直すこととする。

### 2. 趣旨

経緯のとおり、「社会奉仕の日」（9月20日）は、多くの老人クラブで取り組まれていた奉仕活動を、全国一斉に実施することにより、地域社会に対する感謝と地域の担い手としての活力を示そうと全国運動として提唱してきました。これまでの経験を生かして、地域団体や住民の協力しながら、地域の緑化、美化、資源ゴミのリサイクル等の活動を中心に、幅広いボランティア活動として取り組むものです。

### 3. 実施期日

9月20日 全国一斉の実施日とする（可能な限り、「老人週間」内で実施する）。

### 4. 主唱・実施主体・活動内容・推進方法

「全国三大運動」推進要綱に同じ。

なお、実施の際は、のぼり旗や腕章により、老人クラブの活動であることを明らかにするように配慮する。

2025.5.12

## 「全国三大運動」の歩み

- 昭和55年** 老人クラブ初めての全国運動「病にからぬ運動」スタート（運動の重点に健康の保持・増進、老人医療の正し受け方の推進、友愛活動の推進を掲げる）。
- 昭和59年** 第1次「健康をすすめる運動」（3ヵ年）スタート（「病にからぬ運動」を改称。実践課題に健康学習、健康管理、健康増進、事故防止、友愛活動を掲げる）。  
神奈川県・横浜市・川崎市老連において、9月20日を敬老の日に感謝する「社会奉仕の日」に設定し、一斉奉仕活動を実施（翌60年に活動が全国10数県に広がる）。
- 昭和61年** 「健康をすすめる運動」に友愛活動（「健康をすすめる運動」から独立）と一斉奉仕活動「社会奉仕の日」（9月20日）を加え、全国三大運動スタート。
- 昭和62年** 第2次「健康をすすめる運動」（3ヵ年）スタート（実践課題に健康学習と調査、健康管理、健康増進、事故防止を掲げる）。
- 平成2年** 第3次「健康をすすめる運動」（3ヵ年）スタート（実践課題に「ねたきりゼロ運動」の推進、シニア・スポーツの普及、事故防止を掲げる）。
- 平成4年** 全老連創立30周年記念全国運動として、「在宅福祉を支える友愛活動」を推進。
- 平成5年** 第4次「健康をすすめる運動」（3ヵ年）スタート（実践課題に長寿社会にふさわしい「健康観」の普及、「ねたきりゼロ運動」の推進、シニア・スポーツの普及、事故防止を掲げる）。  
「社会奉仕の日」のスローガンに“花のあるまち、ゴミのないまち”を掲げる。
- 平成6年** 全国共通の発展計画「老人クラブ21世紀プラン」において、全国100万人友愛活動員の組織化、300万人参加「社会奉仕の日」の取り組みを目標に掲げる。
- 平成7年** 「在宅福祉を支える友愛活動」要綱を「話し相手」を基本に改定。
- 平成8年** 第5次「健康をすすめる運動」（6ヵ年）スタート（実践課題に「『ねたきりゼロ』の10か条」の推進、「いきいきクラブ体操」「健康ウォーキング」「各種シニア・スポーツ」の普及、「高齢者事故死ゼロ」へのチャレンジを掲げる）。
- 平成14年** 第6次「健康をすすめる運動」（5ヵ年）スタート（実践課題に「高齢者の世纪」にふさわしい健康観の普及、地域において活動を推進する「健康づくりリーダー」の設置・養成、健康づくりや病気・ケガ・ねたきり・認知症の予防に資する学習・実践、老人医療・介護保険など制度に関する学習・実践を掲げる）。  
「改訂『老人クラブ21世紀プラン』において、1クラブ1友愛チームづくりの推進を目標に掲げる。
- 平成19年** 第7次「健康をすすめる運動」（7ヵ年）スタート（実践課題に健康づくりの輪を広げる、介護予防の輪を広げるを掲げる）。
- 平成20年** 老人クラブ「社会奉仕の日」要領に「環境にやさしい活動」を加え、スローガンを“きれいな地球を子どもたちへ”に変更する。
- 平成26年** 「健康をすすめる運動」「在宅福祉を支える友愛活動」「老人クラブ『社会奉仕の日』」の要綱・要領を本運動要綱に統合する。
- 平成27年** 介護保険制度の改正に伴い市町村ごとに取り組まれる「新地域支援事業」への参画をめざして「新地域支援事業に向けての行動提案」を決定。

## 様式 2 (単位クラブ用)

令和7年度 「老人の日・老人週間」・社会奉仕の日 活動状況について

(9月15日から9月21日)

クラブ名

全国三大運動

A 健康	1 健康ウォーキング	参加者数	
	2 体力測定・体力づくり	参加者数	
	3 健康づくり講座	参加者数	
	4 各種シニアスポーツ体験	参加者数	
	5 その他(行事名)	参加者数	
	6 実施なし		

B 友愛	1 サロン、ふれあい喫茶等	参加者数	
	2 困りごと支援 (電球交換、ごみ出し、買い物等)	参加者数	
	3 友愛訪問	訪問回数	訪問会員数
	4 その他(行事名)	参加者数	
	5 実施なし		

C 奉仕	月	日	
	参加者数	人	
	内容		
実施なし			

# 様式 1 (各連区集計用)

令和7年度 「老人の日・老人週間」・社会奉仕の日 活動状況について  
(9月15日から9月21日)

連 区 名 \_\_\_\_\_

全国三大運動

A 健康	1 健康ウォーキング	参加クラブ数		参加者数	
	2 体力測定・体力づくり	参加クラブ数		参加者数	
	3 健康づくり講座	参加クラブ数		参加者数	
	4 各種シニアスポーツ体験	参加クラブ数		参加者数	
	5 その他(行事名)	参加クラブ数		参加者数	
	6 実施なし	クラブ数			

B 友愛	1 サロン、ふれあい喫茶等	参加クラブ数		参加者数	
	2 困りごと支援 (電球交換、ごみ出し、買い物等)	参加クラブ数		参加者数	
	3 友愛訪問	訪問回数		訪問会員数	
	4 その他(行事名)	参加クラブ数		参加者数	
	5 実施なし	クラブ数			

C 奉仕	1 老連で一斉実施	月 日		
	2 単位クラブで実施	参加クラブ数		参加者数
	内容			
3 実施なし	クラブ数			

令和7年10月24日(金)までに提出してください