

新入会者の皆さま

## 大津支部活動の手引き

＜出会いと学びを活かし、実りある人生を飾るために＞



レイカディア大学同窓会大津支部



# レイカディア大学 大津支部同窓会の活動

大学での出会いと学びを生かすところ

私たちは 滋賀県 レイカディア大学 を 卒業した 大津市 在住者が 地域貢献活動 を企画、運営し 会員相互の健康維持を通して、地域発展への貢献を目的に活動するボランティア団体です

## 会員の親睦交流

仲間の輪を広げ、絆を大切に

## 地域社会への貢献

無理せず、楽しく、元気に

## 母校の発展

レイカディア大学を誇りに

# 健康部会

たのしく なかよく 元気よく！

スポーツによるコミュニケーションで健康と地域との活性化を図り会員の健康増進のためのスポーツに関する事業。グランドゴルフ、ウォーキング、ハイキングなどの実施。県、市の団体などが開催するスポーツ行事への参加もしています。



グランドゴルフ大会



室内スポーツ大会



研修部会と共同ハイキング

# 文化部会

## 趣味をふかめて たのしく学ぼう！

会員の趣味を生かした文化活動と一般市民の方々に、レイカディア大学と同窓会に対する理解をより一層深めて頂くための文化活動を行っています。

- 作品展 年1回 開催
- 市民陶芸体験講座 年2回 開催
- 絵手紙、パソコン、書道、マジックなどのサークル活動の推進



沢山の出展で力作ぞろいです  
出展をお願いします。

毎年人気の体験講座で、春  
と秋に開催します



# サークル活動・同好会の紹介

## 皆さんの特技を活かしてください

### ほのぼの 絵手紙 サークル

毎月第1月曜日 10時～  
於 中老人福祉センター  
会費 1,000円／3か月



### パソコン 同好会

毎月第1・第3火曜日 13時半～  
於 中老人福祉センター  
会費 2,000円／年



### 書道同好会

毎月第2・第4木曜日 13時～  
於 中老人福祉センター  
会費 500円／月



### マジック サークル

毎月第3木曜日 13時半～  
於 びわこ大津館  
会費 500円／月



### 紙芝居 同好会

毎月第4木曜日 13時半～  
於 長寿社会福祉センター  
会費 なし



文化部 松井部長まで  
TEL/FAX 579-2558

# 研修部会

## 参加して 味わおう 知る楽しさを

会員の教養向上のための研修事業、研修旅行など実施、会員の社会貢献に必要な知識・技量の向上を目指す。

- 施設見学、講演会、公開講座、発表会の実施
- 健康部会との合同開催



関西電力ELGAIAの見学会



伝統工芸施設の見学会



琵琶湖博物館での講義と見学会

# 地域活動部会

無理しない、出来る時に出来ることを出来る範囲で！

地域の福祉、環境等にかかるボランティア活動で社会に貢献しています。シニアが地域社会を支える側に立った活動でシニアの「生きがい」づくりを感じています。特に小学校支援活動は開始して、今年で11年目を迎え、まちなか貢献活動(大津祭、ヨシ刈り、スッキリ土隊など)と合わせて活動しています



図書整理



真野浜の清掃



小学校への花鉢提供

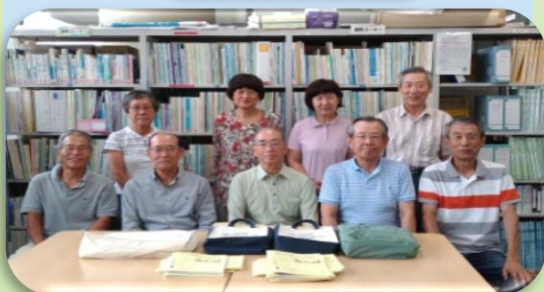
# 広報部会

## 会員間の交流と情報交換・発信の広場

支部会員及び関係団体へ大津支部の活動指針・活動報告を書面と電子情報で継続的に発信しパフォーマンスの向上伝達と支部内の交流促進担っています。

支部会報誌「かけはし」  
を年4回発行しています  
(約25年の歴史)

部会員による寄稿文の収集・取材活動を通して、誌面構成・編集・校正し、誌面を作り仕上げています。印刷は業者で総カラー版で仕上げています。



ホームページで支部活動の情報を日々発信しています

大津支部の活動指針を紹介し支部の行動を会員はじめ、関係団体に知っていただけるように構成されています。「かけはし」のバックナンバーをカラー版で見られるように30号から必要号を呼び出し印刷することも可能ですのでご利用ください。



QRコードでHPにアクセスしてください

イカディア大学同窓会  
大津支部





# 知名度向上委員会

退会者をなくし 大津支部・レイカディア大学の  
知名度向上を目指して

5部会と各地域活動との連携を促す横串の役割。  
外部団体との協働、行政とのつながり、活動の見える化、学生募集の支援、楽しく魅力ある活動を目指し



平和堂堅田店のイベント支援



龍谷大学の「笑顔プロジェクト」

皇子山での大津っ子祭り



# 元気に仲間と過ごすために

<社会参加、運動、栄養で健康寿命を延ばす>

“シニアでのフラットな出会いは、大切な宝物”

ボランティアだけではなく、趣味も生涯学習も  
元気の根っ子

**趣味・手習い**  
**サークル・同好会**  
**スポーツ・文化芸術等**

**生涯学習**  
**研修・公開講座**  
**脳活・互いに講師**

**ボランティア活動**  
**地域貢献・福祉・環境**

# 健康寿命 鍵は“フレイル予防”

<社会参加、運動、栄養>

社会参加が第一歩 その歩みを地元から



社会とのつながりを失う事がフレイルの最初の入り口です

# 支部活動の疑問にお答えします！

**Q:部会、委員会に参加するには、どうすれば良いのか？**

**A:**各地域の役員、部会員に相談すれば参加は可能です。

先ずは、各部会の催しに参加して、楽しさを体験下さい。

**Q:サークルや同好会に参加したい。どうすれば良いのか？**

**A:**同じように、文化部会長にお聞き下さい。

**Q:他の活動やサークルを立上げたい。誰に相談するのか？**

**A:**文化部会長か、支部役員に相談下さい。皆さんが応援します。

**Q:活動中にケガや具合が悪くなったら、どうするのか？**

**A:**ボランティア保険でカバーしますが、自己判断は避けて相談下さい。

**Q:大津支部以外の同窓会本部・各支部との関係はどうか？**

**A:**本部の行事や支部間での交流の機会があり、都度ホームページで案内します。

**Q:他にも、いろいろ聞きたいけど、誰に相談するのか？**

**A:**地域・地区の役員に相談下さい。HPも是非見て欲しい！