

ときめき きらめき いきいきを伝える

広報



関市イメージキャラクター
「関*はもみん」

S e k i

せき

2018

9

No.1691



特集 **高齢者が支えるまち**
～主役はアクティブシニア!～

TOPICS

- ・保育園入園案内、特色ある保育…P10, 11
- ・まちづくり市民会議メンバー募集…P 12
- ・お知らせ…P20~28
- ・文化会館／図書館…P29
- ・しあわせヘルスだより…P30, 31



『アクティブシニア』。それは、生きがいを持ち、趣味やさまざまな活動に意欲的で元気なシニア層のこと。いつまでも、生き生きとやりがいを持って生涯現役で活躍し、自らまちを「支える」主役となることが期待されています。

市では、今年度から生涯現役促進事業がスタートし、アクティブシニアの方々が、仕事や趣味、地域活動などを楽しみながら、元気で生きがいを持って過ごせる取り組みを進めています。

高齡者が
支えるまち
～主役はアクティブシニア!～

生涯現役プロジェクト
SEKI






就 労

もっと働きたい!

- 今までの経験を生かして働きたい
- 新しい職種に挑戦してみたい
- 週に数日で短時間働きたい

ボランティア

社会に貢献したい!

- 地域社会に恩返ししたい
- 自分ができるちょっとしたことでも、何か役に立つことがしたい

趣味・学び

好きなことを楽しみたい!

- 仲間との交流を通して、楽しいひとときを過ごしたい
- 今までやらなかったことに挑戦したい

健康づくり

元気に生活したい!

- 健康維持のために運動をしたい
- 介護予防の運動がしたい

アクティブシニア
活躍ステージ

人生をもっと楽しく、アクティブに

生涯現役プロジェクト支援員 井戸京子さん

人生100年と言われる時代。退職したら、自分がこれまでできなかった趣味や勉強、ボランティアなどを楽しみたいという方、まだまだ働きたいという方など、さまざまなニーズがあります。でも、いざ退職したときに、何から始めていいのかわからないという声をお聞きます。そんな皆さんを支援させていただくのが、生涯現役プロジェクト支援員です。

私もアクティブシニアの一人として、皆さんと一緒に、生き生きと目標を持って、元気に活躍できるお手伝いができればと思っています。

ぜひ、お気軽に高齢福祉課までご相談やお話をお聞かせください。



片桐ファーム
 夫：片桐 靖晴さん
 妻： 朱美さん
 池尻
 農業
 共に62歳

食べて寝る

おひさまにあたる

自分の好きなことを続けていく



苗から育てる



55歳から第2の人生をどうするのかを考え始めました。義父のやっていた農業を引き継いで、本格的に始めたのが7年前です。会社員時代に培った営業力で自らの力で売り込み、現在は名古屋から地元まで幅広くお米を届けています。炎天下の中で農作業をするって想像以上に過酷なんです、「片桐さん家のお米、おいしいね」と言われると、更においしいものをと頑張っています。

個人事業主から法人の設立など、常に挑戦し続ける片桐さん夫婦。趣味と実益を兼ね備えた農業を80歳まで続けたいと笑顔で語ってくれました。

とんてん館で今年の4月から『飲まない』『賭けない』『吸わない』の「3ない」を条件にした健康麻雀が始まり、毎週楽しんでいきます。麻雀の牌を動かすことで手先の運動になり、相手の手を読み考えるために頭を使うことが、脳の活性化に非常に効果的で、認知症予防などに良いとされています。初心者でも丁寧に優しく教えますので、たくさんの方に気軽に来てもらいたいと思います。とんてん館が、もっとワイワイ賑わしくなるといいですね。

※とんてん館 本町2丁目 いろはビル1F
 土・日・祝日休み 午前9時〜午後4時

マイナス3歳の若返り



とんてん館
 山田 智重さん
 東新町
 健康麻雀
 81歳

彩日本画会
夫：仲 政広さん
妻： かおるさん

小瀬
日本画
71歳と72歳



生徒さんの上達は本当に嬉しい



約20年前から、夫婦で日本画を教えています。絵は趣味でも描いていましたが、最初は生活するために描きました。床の間の掛け軸などを書いて、生計を立てていきましたが、どんな苦労も、絵が好きだったから、乗り越えてきたと思います。でも、この年になつたら、自分の描きたいものを描けます。教室でも、描きたい人の思いを尊重しています。絵は、自分が書きたかったものが、見る人に伝わるというなと思えますし、その手助けが出来れば、そんな嬉しいことはないですね。



生涯現役プロジェクト

アクティブシニア ～4組のstory～

SEKI

高校卒業と同時に地元の獅子舞保存会に入り、獅子舞を学んで70年。正式な文献が残されていないため、定かではないものの、江戸時代末期には結成されていたと言われる地元保存会の歴史は古く、代々受け継がれてきた文化を後世へ継承するために、現在は地域の子どもたちへの指導に励んでいます。教え子の中には、お祭りの度に地元へ戻ってきて、一緒に祭りに参加してくれる子もいて、何十年経っても変わらない交流が続いています。愛着のある獅子頭を手にながら語ってくれた八木さんからは、あふれるばかりの笑顔がこぼれました。



胴体の布は自分で縫った

獅子舞保存会
八木 昭一さん

下有知
獅子舞
87歳