

地域活動事例紹介

とちぎシニア協働プラザ設立

高野 幸夫

西暦2050年には日本人の40パーセントが高齢者になると発表されています。勿論この予測は全人口割合であり、地域によっては限界集落と称して既に到達している所もあります。世界のどここの国でも経験したことのないこの超高齢社会が日本の近未来状況として明確化されているのです。

そこで私は一念発起してボランティア活動団体「とちぎシニア共働プラザ」を立ち上げました。古希を迎えた最後のチャレンジと言って良いと思います。設立理念は「シニアによる、シニアのための、共働」です。

定年やOBになってからも、働ける間は働きましようということですが。統計によると高齢者の80パーセントは元気高齢者であり、定年後も働きたいと願う高齢者は約70パーセントとのアンケート調査もあります。少子化により労働人口は年々減少してゆく上、高齢者がもたらす社会負担が益々増大している中で①若年者の雇用機会を奪うことなく②高齢者ができる仕事を③得意分野で立ち上げ④いくらかの収入を潤い⑤働くことによる健康維持促進が果たせたら⑥自立するシニアとして尊敬され⑦家庭内の存在感も得られる⑧自己納得できる締めくくりとなるのではないのでしょうか。

スを見聞する度に、私たち世代が残した負の遺産を次世代に先送りして良いのか、我々も次なる社会の為にやれるだけの事はやったという実感と姿を、子や孫に見せておきたいとの決心です。

そして第1巻のテーマを「市民後見制度」への取り組みと定め、今年の7月まで約1年間文京区本郷の赤門に通って勉強しております。元来後見人は親族が務めておりますが、核家族化や独居生活によって「その場親族」に委ねられ、本人の意思が無視されたり、最悪のケースとして犯罪類似行為まで頻発しています。家庭裁判所の許可と監督による市民後見人の役割は、今後大きくなってゆくものと思えます。共感者を募っております。

ボランティアは初心者マーク

福田 越子

平成23年1月にアドバイザーの認定をいただき、喜びはつかの間、さて何をしたら良いのやら・・・開発財団の藤村先生からの助言「まずは町内会に顔を出してみよう」を目標にしました。

私が現在行っているボランティアは、主に①傾聴ボランティア「さくら貝」②井頭公園緑の相談所友の会「いがしら友遊会」活動ですが、今回は①

について述べたいと思います。

真岡市社会福祉協議会主催の「傾聴ボランティア講習会」5回に参加終了後、真岡市傾聴ボランティア「さくら貝」に登録し活動を開始しました。会員は52名(男性6名)で7箇所の福祉施設と数箇所の在宅を月に1〜4回訪問(私は2回)し、約1時間傾聴ボランティアを実施しています。2年目に入り、これがキッカケで包括支援センター主催の65歳以上の認知症予防「脳元気アップ教室」10回のお手伝いを頼まれ、受講者と共に楽しく学ぶ機会に恵まれました。初心者マークのボランティアですが、身体と頭を動かし有意義な時間を過ごしております。

東日本大震災支援活動第2弾

黒宮 ヤヨイ

間もなくあの恐ろしい東日本大震災も1年を迎えようとしています。会報第13号で第1回の支援活動のご報告をさせていただきましたが、その後毎月のようにいろいろな方々とのコラボで支援活動を継続させていただきました。

8月末は、音楽家の池田さん親子と一緒に最上町の後援を受け「東北に音の風を吹かせて」という企画で東京の合唱団の子どもたちと最上町の合唱団の子どもたち合同での、支援コンサートが大々的に開かれました。その後石巻市、釜石市4か所でのコンサートツアーの支援に参加しました。

9月17日から、釜石市の仮設住宅内に「ママハウス」を立ち上げる準備を手伝ってほしいと依頼が来たため。これは在職中の仲間が被災した親子の支援を行う

ための開設準備でした。3日間で施設の整備を行い、現地スタッフに引き渡してきました。翌18日は日帰りで東松島市野蒜小学校、野蒜幼稚園にベンチ9台を作っていただいたので、仲間と届けに行ってきました。

11月は再度東松島市野蒜幼稚園に1か月早いサンタクロースということで、おもちゃと絵本を届け、その後さくら市の社協と合同で堰の内の仮設住宅にコーヒーや冬物衣類をお届けしてきました。その後和尚さんと一緒に、2日間をかけた女川・気仙沼に慰霊の旅をしてみました。見渡す限り、流された町が続いていて声が出ませんでした。

12月東京で再度支援コンサートが開かれました。

1月最後の物資を持参、東松島市、石巻市、志津川と3か所の仮設住宅を回って、住民の方々と交流してきました。被災地の皆様は、遅くも元気に笑顔で私たちに接してくれました。いつでも来てくれよと声をかけていただき、元気をもらって帰ってきました。

編集後記

今年度最初の会報をお届けします。今回より数字を算用数字にて掲載しております。ご協力有難うございました。会報編集部一同

本田進さんの逝去を悼む

会長 森山 京逸

当協議会の前副会長・本田進さんが昨年(平成23年)10月20日に68歳で逝去されました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

本田進さんは、健康生きがいづくりアドバイザーの資格を49期生として、平成18年2月に、私と一緒に取得され、当協議会に入会された仲間でした。会の運営や事業推進に積極的に参画され、平成19年4月から副会長として、会の発展にご尽力いただきました。常に冷静で、物静かに笑顔で語りかけられた人柄が思い出されます。また、幾度かゴルフを一緒にしましたが、いつも豪快で正確なショットは、レベルの差を感じながらも、楽しくプレーが出来た日が懐かしく思います。もう一緒にプレー出来ないことが残念です。

天国で美味しいお酒を飲んでおられることでしょう。ゆっくりお休みください。

百歳の現役の医師でもある日野原先生からご自身の「健康生きがい」について、ユーモアたっぷりの体験談などのお話にて七五〇余人の参加者が感服した。

- 分科会：①社会参加と健康生きがい
②健康生きがいと美容、自己実現
③健康生きがいと住まい方
④生きがいと在宅医療(福田参加)
⑤健康生きがいと食生(武田、高橋参加)

後記：自分自身の健康生きがい、アドバイザーの役割を再認識した学会でした。

健康生きがいづくり・とちぎ

http://www.tochigi-kenkou-ikigai.com

～第14号～
栃木県健康生きがいづくり協議会
平成24年4月1日発行
発行責任者 森山 京逸
編集責任者 藤田 三夫
事務局 (長尾) TEL0287-37-3431

会報14号の発行にあたって

会長 森山 京逸

昨年3月に発生した、東日本大震災・東電福島原発の事故の甚大な被害の復旧、復興は、まだ先の見えないのが現状のようです。一日も早い以前の生活環境に戻れる日が来ますよう心から祈っております。

私たちが出来る支援をこれからも続けて行きたいと思っております。

今、家族、仲間や地域の方たちとの「強い絆」の大切さを痛感しております。

今年も2名の新会員を迎えました。これからの活動を楽しみにしております。各部会の魅力ある活動計画が着実に実行されますよう期待いたします。そして、県・市の行政機関へ、当協議会の活動の情報を積極的にPRして、より充実した事業展開を図って参ります。

仲間との「絆」を大切に、健康生きがいづくりに、皆様と一緒に楽しく行動したいと考えておりますので、何卒一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

ご挨拶

健康・生きがい開発財団

調査研究部長 大熊 謙治

健康・生きがい開発財団の大熊謙治と申します。昨年4月、財団職員となり、この会報発行日4月1日で丸一年になります。季刊いきがい、Webいきがい、財団メルマガ等の編集、財団HP更新作業などの広報活動並びに調査研究業務の一端を担当しています。何卒、宜しくお願ひ申し上げます。

さて、栃木県健康協様からもご協力頂いてお

健康生きがい学会

第2回大会参加報告

高橋 武紀

日程 平成23年11月23日(水)

会場 東京大学 安田講堂

大会テーマ 長寿を喜び合える社会プログラム(抄)

会長挨拶：活力ある長寿社会の実現は、高齢者の人権(健康生きがい権)に基づく

社会保障の極致である。そのためには、

幅広い学際的な議論が必要である。

基調講演：専門家の3人の講師から医学、

看護学、心理学の立場での示唆に富む健康

生きがいの考え方を傾聴する。

特別記念講演：「健康生きがいと私

―百寿を迎えて―