

シニアアラサー レターナ



一関市シニア活動プラザ

シニアの社会貢献活動は恥ずかしいものと考えていませんか



一関市シニア活動プラザ 所長 菅 原 敏

団塊の世代多くの人が定年を迎え、シニア世代は第二の人生を歩み始めております。一関市でもシニア世代(55~69歳)が2015年(平成27年)には26,000人を超える、市の人口の22.1%を占めると推計されております。

現代社会では、家庭や地域の中で人々が「共に働く場」から、サービスを「消費する場」と代わり、サービスが外部化された社会の流れは、人々の無力化につながっています。ここでいう無力化とは、お金でサービスを買う以外に生きる力を失うということを指します。この無力化は、地域社会への無関心を通じて、

地域社会の衰退や消滅の危機に転じるのではないかと考えられています。

これらを回避するためには、趣味であれ何であれ、集まって何かをすることを経験することが必要だと考えます。趣味によって得られる「楽しみ」は、地域社会との関わりがやや受け身ですが、「市民活動」「地域活動」からは「貢献する楽しみ」「自助の楽しみ」を知ることを通じて、自分自身と地域社会を豊かにする力を身に付けることができるのではないかでしょうか。

地域社会と関わることは、無力化から逃れるために力を付ける作業そのものだと考えます。これまでの経済を重視していた価値観をリセットし、「誰かとつながっている」「共に生きている」という実感を周りの人たちと共感することが大切だと思います。

これはいきいきとした人生に必要な感覚ですし、決して他人から「与えられる」感覚ではありません。シニア世代の方々が、地域活動や社会貢献活動に積極的に参加してもらうには、『自らの能力を社会のために活かしたい。地域とつながりたい』という思い、『自らの持つ経験や知識を活かしたい』という思いと地域を繋げること、すなわち、シニア世代のつながりたい、経験を活かしたいという思いを応援することが必要となります。

このシニア世代の皆様を応援するために、一関市シニア活動プラザは次のことをお勧めします。

○人生や価値観を語りあえる仲間を作りましょう。仕事の肩書きがなくとも付き合える仲間が大切です。

○地域社会に貢献したり、支え合ったりする楽しみを経験してみましょう。これは自分自身を豊かにする力につながります。

○みんなで共に生きているという実感を周りの人たちと共感しましょう。いきいきとした人生を過ごすことができます。

○自分の関心事を知り、同じ関心や悩みを持つ人と出会いましょう。そこからさまざまな活動が始まります。

○自分がやりたいことを見つけ、伝えることにチャレンジしてみましょう。それは人生の喜びになるはずです。

今こそ、その扉を開けて、社会貢献活動に向けて歩き出してみませんか。



シニアの活動を支援する助成事業を紹介します

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターがシニアの皆さんのが地域における社会貢献活動等を支援するために行っている「ご近所支え合い活動助成金」のほか、県内外には次の助成事業などもあります。詳細は同センター(電話 019-606-1774、<http://www.aiina.jp/advancedage/>)へ。

ご近所支え合い活動助成金 平成27年度助成事業(第1次)募集

ご近所支え合い活動助成金とは、健康で活動意欲のあるシニアの社会参加と社会貢献活動等を支援する助成制度です。平成27年2月15日が締め切りとなっております。

助成対象事業の内容や助成金額など、詳しくは、岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンター(電話 019-606-1774、<http://www.aiina.jp/advancedage/>)までお問い合わせください。

福祉のまちづくり支援事業

岩手県共同募金会が行っている助成事業で、身近な地域福祉活動に役立ててもらいます。

対象となる団体は、ボランティア団体やNPO・自治会などの任意の団体であること。条件は営利を目的とせず、個人や企業、政党、宗教団体に与ぜず独立し、継続した活動をしていること。会則や定款などがあることがあります。対象経費や助成額応募方法など詳しくは同募金会(電話 019-637-8889)か近くの社会福祉協議会へお問い合わせください。

シニアのなかまづくりを応援⑤

岩手県スポーツ吹矢協会一関支部

佐藤義雄さんは、社会参加のひとつとして昨年シニア活動プラザでの吹矢講座受講をきっかけにスポーツ吹矢を始め、県内に4人しかいないスポーツ吹矢指導員の資格を平成26年4月22日に取得しました。その後、吹矢大会の市長杯、あすも杯などの大会運営に携わるだけでなく、萩荘地区スポーツ・芸能大会実行委員会事務局を担い、昨年7月には「はぎしようの里 元気ウォーキング大会」を開催するなど地域皆さんの健康づくり、仲間づくりにと、地区のリーダーとして活動されております。市内の老人クラブでスポーツ吹矢を行っているのは萩荘地区が初めてですが、今では、「スポ少やPTA、子供会、介護予防教室などで引っ張りだこ状態です。」とのこと。

今後の目標として、「岩手県スポーツ吹矢協会の萩田進会長らとスポーツ吹矢の普及活動に力を入れ、スポーツ吹矢愛好者を増やし、2016年に一関市で開かれる岩手国体の参加者200人を目指に頑張りたいです。そして各地域でスポーツ吹矢のクラブ化、グループ化が広がっていけば良いですね。岩手国体では、ジュニア(小学生まで)と一般(小学生以外)の部で競技が開催されます。市民の皆さんへの参加お待ちしております。」と話してくれました。



萩荘地区老人クラブ
事務局長 佐藤 義雄さん

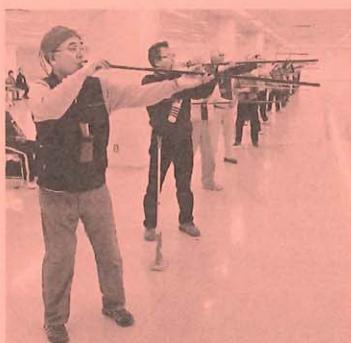
川崎地域でシニアのスマホ初心者講座を開催しました



シニア活動プラザでは、10月23日(木)川崎防災センターを会場に、老人クラブ川崎支部との共催で「シニアのスマホ初心者講座」を開催しました。講座では、「スマホに触るのが初めてだ、使い方が難しくて分からぬ」と言うシニアの皆さん15人、早速、メールの使い方やネットの検索、デジカメなどを体験したところ、「やってみると便利だ、反応が早く使いやすい、これなら私でも使えるわ。」などの驚きの声しきり。すっかりスマホにはまったようです。

シニア活動プラザではスマホの講座を各地域で開催していきますので、シニアの皆さんも参加し体験してみてください。お待ちしております。

第2回FMあすも杯シニア・スポーツ吹矢初心者大会



スポーツ吹矢初心者大会が11月30日(日)午後1時からなのはなプラザ2階(にぎわい創造センター)でシニアの健康増進や仲間づくりを目的に開催しました。

当日は、初めて吹矢を触る人、シニア活動プラザの吹矢講座を受講した人など計40人のシニアが参加。競技は、個人戦6回の距離を1ラウンド5本の矢を吹く3ラウンド制で行われ、日頃の練習成果が発揮(?)された結果は下記のとおりとなりました。

参加されたシニアの皆さん、健康増進と岩手国体参加を目標に続けていきましょう。毎週水曜日の午前中、シニア活動プラザで吹矢同好会の皆さんのが活動されております。参加をお待ちしております。

一関コミュニティFM(株)様、一関まちづくり(株)様を始め運営にご協力いただきました岩手県スポーツ吹矢協会の皆様ほか関係者の皆様に御礼申し上げます。

入賞者 1位 阿部健一さん(山目) 2位 大和田正行さん(東山) 3位 佐藤和夫さん(山目)
特別賞 最高齢者 男性の部 松金秀雄さん(三関)・79歳 女性の部 佐々木妙子さん(萩荘)・77歳

シニア活動プラザ社会貢献活動交流講演会

まちづくりに求められるシニアの社会参加、社会貢献などについての活動交流講演会を下記のとおり開催します。

記

1. 日時 平成27年3月4日(水) 午後1時から3時30分
2. 会場 一関公民館大会議室(なのはなプラザ3階)
3. 内容 ①講演会「高齢者とまちづくり(仮題)」
②講師／倉原宗孝氏(岩手県立大学総合政策学部教授)
③講師を交えての活動交流会
4. 定員 60人(概ね55歳以上のシニアの方)
※詳細は、シニア活動プラザ(TEL31-8118)まで

第5回シニアのシネマ上映会

今回は、故川武大氏の映像資料からグレタ・ガルボ主演の「ニノチカ」を調査研究のため下記のとおり上映会を開催します。

記

1. 日 時 2月27日(金) 午後6時30分から
2. 主 催 一関市、一関市教育委員会ほか
3. 共 催 一関シネマファン
4. 会 場 シニア活動プラザ(なのはなプラザ3階)
5. 定 員 概ね55歳以上のシニア50人
6. 費 用 無料ですが、事前の申し込みが必要です。
7. 申込先 シニア活動プラザ TEL31-8118

第2回 本屋の店員さんが選ぶ

「シニア川柳」入選作品 決定!!

第2回本屋の店員さんが選ぶ「シニア川柳」の募集には、北は北海道、南は熊本県から総数401句のご応募をいただきました。入選作品は、一関市書店組合の店員10人の皆さんが慎重に選考し次のとおり決定いたしました。

入選作品の選考は講評にもありますように、楽しまれながら作品を作られたものが多くあり、大賞と入選作品の選考に当たっては、「本屋の店員さん」の皆さんを悩ませてしまいました。

なお、表彰式は、12月1日(月)、シニア活動プラザホームページに入選者と入選作品を掲載し、表賞状と副賞の発送をもって代えさせていただきました。

ぜひ来年もシニアの皆さんのご応募、お待ちしております。



表彰状を手に喜びの寺崎さん

『本屋店員大賞』

自分史に 嘘八百の 武勇伝

三郎さん (柏市)

64歳

『入選』

大活字に 読書老人 よみがえる

原 徒夢さん (一関市)

84歳

この子より 先に死ぬと 亀なでる

鈴木 昌子さん (四日市市)

55歳

元気です 皆勤賞の 医者通り

てるてる味さん (三原市)

63歳

さあやるぞ 始める動機 何だつけ

虚弱体质さん (一関市)

63歳

長寿国 天国今に 過疎となる

カラスの行水さん (広島市)

70歳

老妻に 初恋のごと 面介す

大正十四年さん (一関市)

64歳

還暦の いきいき妻に 引きずられ

いとう滋さん (一関市)

89歳

いきいきと してるつもりが うすらぼけ

キクちゃんさん (一関市)

77歳

年金日 昔乙女で 街生きる

88歳

※入選は応募順です。

講評

第二回のシニア川柳でしたが、肩の力が抜けていて楽しみながら創られたとわかる作品がほとんどでした。入選作品を選ぶときは、何処の誰の作品かはわからないようにしているのですが、十作品を決めた後で確認すると、地元一関市の応募者が前回を超えて入選するという結果になり嬉しく思いました。

大賞候補に残った作品は二点で、一関図書館が新しくなり、大活字本をかなり多く並べられたので、「大活字に読書老人 よみがえる」を、気持ちがよくわかると強く推す担当者も複数いましたが、作品全体が綺麗にまとまっていて破綻のない「自分史に 嘘八百の 武勇伝」が票数で上回り、こちらが大賞になりました。

「文化の間に 町の本屋が 灯をともす」

書店員(56歳)

表紙の写真は平成27年1月2日に、なのはなプラザ前の大町通りで開催された「大餅つき大会」でのスナップです。33の臼で一斉に行われた餅つきは賑やかでしたね。画像を送ってくれた山目のK・Kさん、ありがとうございました。シニアの皆さん、デジカメやスマホで身近なお便りや情報などを画像でシニア活動プラザに送ってください。よろしくお願いします。

さて、早いものでシニア活動プラザも3年目となります。川柳、スポーツ吹矢、パソコン、シネマなど今年も盛りだくさんで行っています。①

□編集・発行 一関市シニア活動プラザ
〒021-0881 一関市大町4番29号
なのはなプラザ3階
TEL 0191-31-8118 FAX 0191-31-8120
HP:www.ichinoseki-shakyo.com/senior

□発行日 平成27年1月1日