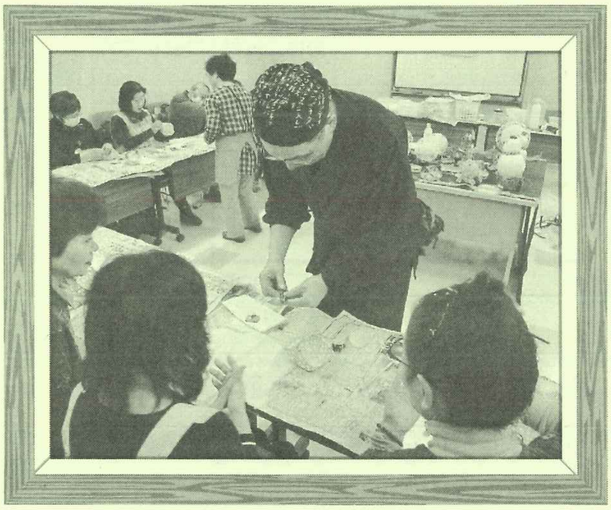
シニアプラザ 春 レター

2017



和紙手作り教室～一関張制作体験

シニアのための初心者囲碁教室

シニアのための「春」のウォーキング教室（花巻市の広域公園にて）

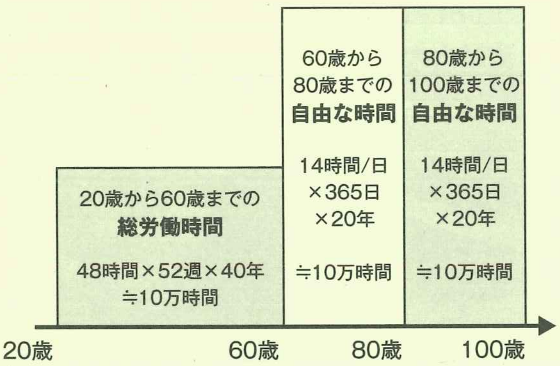
一関市シニア活動プラザ

社会の担い手としてのシニア世代に大きな期待

一関市シニア活動プラザ　所長　菅　原　　敏

急速な少子高齢化の人口変化に伴い、1965年には高年齢者1人に対して現役世代が9人で支えていた“胴上げ型”と呼ばれる社会構造が、2012年には現役世代3人で支える“騎馬戦型”社会、将来、少子高齢化の進展で、2060年には高年齢者1人に対して現役世代1人が支え手となる“肩車型”社会に変化していくことが見込まれています。一昔前までは、高年齢者は支えられる側というイメージでしたが、現在、高年齢者は支える側になり得る存在として、大きな期待が寄せられています。

人生100年時代となった今、20歳から60歳の労働時間、60歳から80歳の自由時間、80歳から100歳の自由時間、3つの10万時間があるといわれています（右図）。



シニア世代が、60歳から80歳までの自由な“10万時間”をどの様に過ごすかが、支え合う社会を築いていくための大きな鍵になると言われています。

一つ目の鍵は、「シニア世代が雇用を継続する又は新たな就労をすることにより、現役世代として社会の担い手になること」です。

現在、生涯現役社会の実現に向けた高齢者雇用対策として、シニア世代が健康で、意欲と能力がある限り年齢にかかわりなく、働き続けることができる社会を目指す取り組みが、国が中心となり進められてきています。

二つ目は、「シニア世代が今まで培ってきた経験・能力を活かすことや、これまで出来なかったことに挑戦することで、地域社会の担い手となること」です。

内閣府「高齢者の経済生活に関する意識調査」（平成23年）によれば、60歳以上の5割弱が地域活動やボランティア活動に参加しているという調査結果が報告されています。

「誰かの役に立っていると思える時にやりがいを感じる」「子ども達が喜んでくれるから、つい嬉しくてやっちゃうんだよ」「自分の経験をまだ活かせる場所があることは幸せだと思う」「何より、やっていて楽しい！」など、これらはシニア世代のボランティア等活動者から伺った中で出てきた言葉です。

地域のあらゆる住民が役割を持ち、支え合いながら、自分らしく活躍できる地域づくりを進め、助け合いながら暮らすことのできる社会を皆さんと一緒に創っていきましょう。一関市シニア活動プラザは、「シニア世代のつながりたい」「誰かの役に立ちたい」という思いや願いをこれからも応援して参ります。

「ご近所支え合い活動助成金：平成29年度助成事業（第2次）の募集

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターが地域で行う社会貢献活動等を支援するために行っている助成事業です。第2次募集の締切りは平成29年6月13日（火）必着です。

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/）までお問合せください。

シニアのなかまづくりを応援⑨
仏像木彫サークル

活動の様子（中央が会長の千葉良夫さん）

一昨年（平成27年）の春、シニア活動プラザが主催した「木彫入門講座」に参加された方々が中心となって活動をしています。

入門講座は週１回２時間を計６回、児童用の彫刻刀で表札や家紋を作り、木目の見方や彫刻刀の使い方などを習いました。講師は一関市大東町の京仏師石川昇明（本名完二）さんでした。

講座終了後有志７名でサークルを作り、専門の彫刻刀を揃え、高さ約18㎝の救世観音（くぜかんのん）像と約４㎝の仏頭を作成しました。

昨年は、講師の石川さんの助言もあり、東日本大震災で被災した高田松原の松を使い、大きさ10㎝ほどの童地蔵の制作に取り組みました。震災から「７回忌」に当たる今年３月、陸前高田市米崎町の普門寺に、29体の童地蔵を奉納しました。

現在は会員も10名になり、和気あいあいの雰囲気の中、高さ約20㎝の“地蔵菩薩立像”の制作に取り掛かっています。

活動は毎週火曜日午後２時から４時まで、シニア活動プラザです。

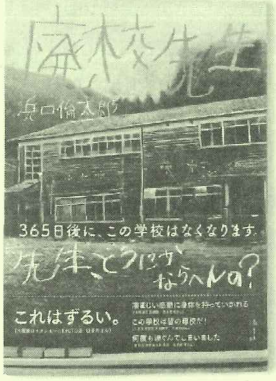
普門寺に奉納した愛らしい姿の童（わらべ）地蔵

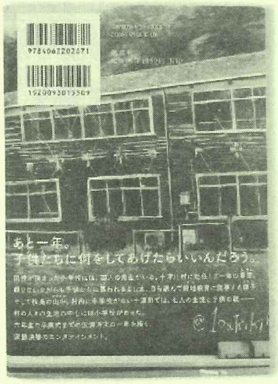
現在制作中の地蔵菩薩立像

シニアへお奨め図書

この春号から、一関図書館副館長伊藤清彦さんにご協力をいただき、シニア世代にお奨めの図書を紹介していきます。

初回ですので、伊藤副館長のプロフィールをご紹介いたします。1954年一関市東山町生まれ。1982年東京都内の山下書店に入社、書店業界では先駆的に手書きのポップ広告を手掛ける。91年、さわや書店入社後、本店（盛岡市）の店長を務める。在職中『天国の本屋』『永遠の０』『五体不満足』など数々のベストセラーを生み出し、新人作家を発掘したことで、さわや書店の名が全国に知られる。2013年から現職。





【本の紹介】

本というのは大きく分けると子供向けの本とそれ以外の本ということになります。シニア向けの本というのはありません。いろんなジャンルから“これは良いね”という本を紹介したいと思います。

『廃校先生』浜口倫太郎著は来年三月で閉校が決まっている奈良県十津川村の小学校の話。最後の一年間の先生と生徒のふれあい、葛藤、そして地域住民の学校への想いが描かれていて、深い感動の余韻に包まれます。

この他に「たまちゃんのおつかい便」森沢明夫著、「翼はいつまでも」川上健一著も心があたたかくなる本です。

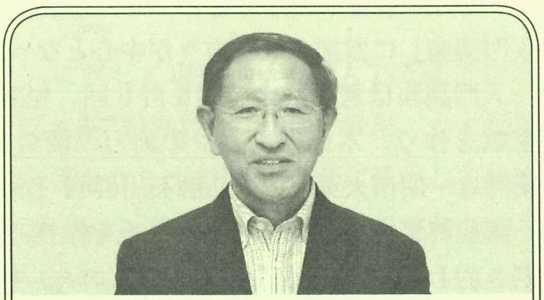
「シニア活動プラザ講演会」を開催します

～演題：シニアは地域のフロントランナー～

講師の臼澤さんは1948年大槌町生まれ。釜石市の職員を退職後、環境アドバイザー、野鳥の会などの活動に取り組む。東日本大震災では大槌町で被災。被災者の交流の場「まごころ広場」を設けた。2014年NPO法人遠野まごころネットの理事長に就任。

「シニアの豊かな知識を地域の活性化に生かそうと、水車を復活させ、6次産業を盛り上げ、若者も一緒に汗を流す」。4年前、遠野市土淵の住民が始めた「米通（こめとおり）結の郷」活動は、「限界集落でも、シニアの知恵と工夫次第では地域に活気がよみがえる」として注目を集めています。

臼澤さんのお話しは、聞き逃せません！



講師の臼澤良一理事長さん

日　時：6月22日(木) 13:30~15:00
会　場：一関市民センター・大会議室
入場料：無　料
定　員：100名（定員なり次第締切ります）

今年度も様々な事業を計画しています

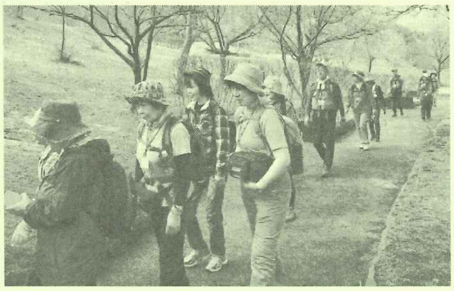
シニア活動プラザでは、シニアの活動を支援するため、今年度も様々な事業を計画しております。4月8日（土）には、栃窪さんを講師に東山和紙を使った民芸品作りを行いました。4月11日（火）から3回にわたり「シニアの春のウォーキング」、12日からは8回講座で「初心者囲碁講座」が行われております。

この他、次のような事業も予定されております。開催日が近づきましたなら、市広報や地元新聞、テレビ・ラジオを通して募集しますのでご期待ください。

- 社会貢献セミナー：「シニアのそば打ち体験」など
- 健康長寿サポーター育成事業（9月頃）
- 秋のウォーキング講習会（10月頃）
- パソコンサポーター養成事業（12月頃）
- シニア・フェスタ～シニアの活動が一堂に～（1月）
- シニアのためのスマホ・タブレット講座　など

この他にも、展示スペースを活用した「シニアの掘り起こし事業」なども計画しております。

和紙民芸品作りに挑戦



花巻広域公園をウォーキング

碁石を初めて持つ人も

編集後記

今春からシニアプラザレターの担当が変わりました。
シニアの皆様の活動やシニア活動プラザの事業などを、見やすい、読みやすい形の機関紙でお届けしたいと考えております。紙面を実りあるものとするためにも、シニアの皆様方からの情報やお便りをお待ちしております。㉆

□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29年5月1日

一関市シニア活動プラザは、一関市から一関市社会福祉協議会が事業を受託して運営しております。
社会福祉法人　一関市社会福祉協議会
〒021-0877　一関市城内1番36号　TEL 0191-23-6020　FAX 0191-23-6024