

～9月は敬老月間～
高齢者がさまざまな場所で活躍しています！

長 寿社会となった日本。男女ともに平均寿命が80歳を超えました。7月に厚生労働省から昨年の日本人平均寿命が発表され、女性が87.45歳、男性が81.41歳となり、ともに過去最高を更新しました。健康でずっと笑顔でいたいから…。健康長寿になるためのヒントに迫りました。

よりあい処「華」
今泉 富代さん(左)



放課後子ども教室 滝根めだかの学校
コーディネーター 先崎 毅さん



●先崎 毅さん
健康で長生きの秘訣は、子どもたちを見守り、成長する姿にやりがいを感じることにあります。

滝根めだかの学校は、1年生から6年生まで136人が登録している規模の大きな子ども教室です。放課後、めだかの学校にやってきた子どもたちは、メイン会場となっているランチルームで出席を確認する名簿に印を付けてから、ランチルームのほか、図書館、体育館、校庭などでのびのびと活動しています。

滝根めだかの学校には3人のコーディネーターを含め11人の地域のボランティアスタッフが子どもたちの活動を見守っています。



▲滝根めだかの学校の様子

先崎毅さん(86歳)は、平成14年のめだかの学校創設からコーディネーターとして80歳代になっても現役で支援活動を続けています。

北海道宗谷地方の中学校教諭であった先崎さんは、親の介護のため定年より1年早く滝根町に帰郷しました。趣味の七宝焼きで足しげく滝根公民館に通ってすぐに地域に溶け込みました。ある日、公民館職員から子どもたちの居場所づくりの相談を受け、「やってみよう。」とすぐさま回答。そこからコーディネーターとして子どもたちの安全管理やスタッフの調整など中心的な役割を担っています。

先崎さんにとって、めだかの学校とはと聞くと「めだかの学校の目的は、安全で安心、事故のない居場所をつくることと、自分自身で考えて行動し生きる力を育むこと。子どもたちが一日一日成長している姿にやりがいを感じることが健康で長生きの秘訣になっているよ。」と目を細めていました。

めだかの学校の由来となっている、童謡めだかの学校の歌詞「誰が生徒か先生か、みんな元気に遊んでいる」そのままに、子どもたちの自主的な活動を大切にしながら支援活動を続けていきたいと話していました。

●今泉 富代さん
活動の原動力は、自分がやってほしいことを今やっ
てあげる

都路町に建つ築100年を越える古民家が、避難指示が解除され、町に戻ってきた人々が気軽に集える交流の場所として活用されています。

古民家は、運営する今泉富代さんの実家だった場所です。

「私は避難時に仮設住宅の集会所で手芸をするなど、お年寄りと大変な状況の中でも楽しく交流して過ごしていました。やがて、避難指示が解除され都路に戻った時に、お年寄りの孤立を防ぐための集まる場所がないかと考え、使用されていなかった実家を交流の場所にできないかと思い立ちました。」

田村市復興応援隊やボランティアの協力も得て平成26年6月にオープン。

地元食材をふんだんに取り入れた「おまかせランチ」「たむらハ彩カレー」などの食事提供や郷土料理の講習会、大学生の受け入れ、最近では音楽ライブの開催などすっかり地域になくてはならない交流の場となっています。



▲猫の小物「みゃーこちゃん」



▲小物づくりを通して世代間交流

週に1回開かれる手芸教室では、都会から移住して来られた女性から教わった猫の小物「みゃーこちゃん(都路にかけている)」を地域のお年寄りが制作して「華」で販売したところ、好評で売り上げもあり、皆さんの生きがいにつながっているそうです。今泉さんは「お年寄りには知恵があり、それぞれの得意なことを生かして過ごす姿は生き生きしている。」と話され、また、活動の原動力の理由を聞くと「みんないずれ年を取る。自分がそうならやっつけてほしいことを今やっつけてあげる。自分の姿に置き換えて、そういう人になるために努力しているところなんです。」とやさしい笑顔で話していました。

高齢者の活躍を応援する
しくみをご紹介します！

生活支援コーディネーター
田村市社会福祉協議会 青木 多美子さん



一人一人ができることを生かして、
隣サポーターとして活躍してみませんか？詳しくは9ページへ！

住み慣れた地域で
元気に暮らしていくために

高齢化が進む中、いつまでも安心して生活できる田村市を目指して、地域の支え合い、助け合いを広げるために、生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)が活動しています。

生活支援コーディネーターは、地域の人や場所、活動などの情報「地域のお宝(地域資源)」を集め、それらを組

み合わせたり、集めた地域のお宝を多くの市民に伝えたりすることで、多様なネットワークを広め、支え合いの活動を推進しています。住み慣れた地域で元気に暮らしていくために、地域のお宝の情報や誰かの力になりたい！という思いのある方の声をぜひ聞かせてください。

田村市社会福祉協議会
☎ 68・3434