

生涯現役 推進委員

報告

長寿社会推進の近況報告 中本吉郎（油谷町）

平成13年5月に長門地区で長寿大学が開講され、46名の受講生のうちの一人として1年間にわたって受講致しました。80歳を越えた受講生が6名もいて、私もその中の一人として果たして無事修了できるかと危惧しましたが、多くの同級生の励ましを受け、卒業証書をいただきました。

「飛び込んだ 力で泳ぐ 蛙かな」の川柳の句のように、皆さんと一緒にという力が井戸の中の蛙が大きな池の向こう岸にたどり着くことができました事を大変感謝しております。

講師の先生方の豊富な知識技能を吸収させていただき大きな力を得ましたので、少しでもこれを社会にお返し出来ればと思い、生涯現役推進員として社会参加を志向致しましたが、過疎地域に住んでおる事とて充分な力を果たし得ませんが、現在単位自治会の「ふれあいサロン」のお世話をしている現況について報告させていただきます。

油谷町東大坊自治会内の概要を申し上げますと、世帯数110世帯、人口267人、65歳以上人口83人で高齢化率は30・1%です。そのうち75歳以上の後期高齢者が40人で、独居老人が14人、75歳以上の高齢夫婦世帯が4、寝たきり老人が4人となっています。そのほか



身体障害者10人を数えています。

私どもが運営しているサロンは、「東大ふれあいサロン」という名称で、平成13年4月に町内で4番目に発足致し、婦人会の世話役をはじめ民生委員、自治会福祉委員、老人クラブ加入役員等リーダーの尽力で当初は26名の参加者で始まりました。

規則は作っていませんが、入会に当たっての基準として、イ、65歳以上の独居老人ロ、75歳以上の高齢者ハ、病後、特に心のケアの必要な方

ニ、以上3項目のいずれかに該当し、介護無しで参加できる方ホ、民生委員、福祉委員として現在まで推進してきております。

会場は自治会集会所の設備を使用し、参加者は昼の会食を一番楽しみにされています。従って給食

担当ボランティアの活躍が永続の鍵となります。また、社会福祉協議会の担当者からも陰に陽にご協力を賜っており、今後も多いに期待しているところです。

当サロンでは、健康体操をはじめ、輪投げやカラオケなどのレクリエーション、健康相談・講座などのほか、春の花見会や夏の七夕行事、また新年会など季節に合わせた行事も行っていきます。参考になれば採用してください。

家に閉じ籠らず、思いきって行事に参加しよう

長沼律夫（防府市）

去る10月28日に第23回ボウリング大会を開催した。総勢78名の参加があり、本当に笑いの渦の中でゲームが終った。「何もかも忘れて自分流に投げ、倒れるピンの音が何ともいえない楽しさだ」と、参加者の声を聞いた。

私たちの団体では、高齢者の体力維持と親睦に最適な行事としてボウリング大会を年4回実施しているが、回を重ねる毎に参加者が増える好評の行事となっている。

高齢者は過去のボウリングチームを体験されているので気軽に参加できるし、屋内ゲームなので天候に関係なく実施できるし、ゲームの進行などもボウリング場側が行うので実施しやすいというのがボウリング大会の利点である。

とかく高齢者は家に閉じ籠りがちだが、思いきって何かの行事に参加することが閉じ籠りから脱出するスタートとなる。参加すれば出会いがあり、参加者同士共通の話題も多く、楽しさが必ずあるものである。また、そこに参加することで、共に生きる大切さを共有できるのである。

私自身は、「大会に参加して本当に良かったし、次の大会を楽しみに待っている」という参加者の声を聞き、その喜ばしい雰囲気を実感する主催者側の一人である。



里山は命の息吹がこだまする

山本隆彦 (下関市)

「オーイ、倒すぞー！」
チェーンソーのうなりが一息つくと、



年に似合わない若々しい声が山の斜面を走る。

「OK!」の声を追うと、白い軍手が上がる。間もなく「バリ、バリ、バリ」と大枝が空をなでる。

里山の価値を創造する夢を持って、第二の人生に生きがいを求めてボランティアが集い平成10年、『ふくの森の会』を結成した。

会の最初の活動は、下関市にある内日ダム湖畔にサクラやクヌギ、ナラなどを植えるため森に足を踏み入れ、まず不用な雑木を切り倒す作業から始まった。

雑木とはいえ、大きいものは根回りの直径が15cm以上にもなるものがざらにある。その上、雑木の間には竹が生え、それらにカズラがまといついていて伐採作業もなかなか大変である。それらを始末して、切り倒した大木を2mくらいに切り込むと、山の地肌が整ってきた。



植林活動の2年目からは、下刈りや作業道作りにウエイトがかかってきた。植えた木より周囲の雑木の方が大きく伸びている。しかし、植えた時は孫の背丈ほどだった木が、すくすくとけなげに育っているのをなでていると、生命力のたくましさや自然の息吹が伝わってくる。

現在、『ふくの森の会』の登録会員40名余りであるが、作業には毎回半数が集まる。夏場は涼しいうちに作業をしようとして朝7時半から正午まで活動を行なっている。準備運動から始め、作業内容を説明して作業を分担し、その日のエンジンがかかる。

今まで知り得なかった人との交流が、活動を通じて拡がり、深まってゆく。すばらしい仲間作りであり、生きがいである。

作業の合間の昼食時には、女性会員が腕をふるった「里山なべ」を楽しむ。山の空気とともに味わう四季折々の食材の味は格別で、また「おなじ釜の飯」を食べるこ

とで話題も豊富になる。毎年3月に行なっている植樹祭には、たくさん子ども達も達がやってくる。土を掘り、苗木を植え、山を駆け回る子ども達のほっぺたは、りんごのように紅い。こうした体験から子ども達も達が、この里山での活動は人間社会が自然と共に生きる術であることを体得してほしいと願いつつ、自らも鋤をふるっているのである。

詩吟研究会史跡研修旅行

新山王哲 (防府市)

平成16年11月21日(日)、詩吟研究会一行20名で、瀬戸内の海に所在する「しまなみ海道」の道行きを楽しんだ。

大鳥居に掲げる「日本総鎮守・大山積大明神」の扁額には、朝廷をはじめ瀬戸内水軍の河野氏、源平、戦国武将たちの尊崇を集めた歴史と、大山祇(積)神を祀る全国の総本宮としての誇りと格調がみなぎっていた。

宝物館には、膨大な武器甲冑が収蔵されており、華やかな神社の歴史を物語っていた。また、戦国の世には大内軍の魔の手から島を護らんと紺糸威しの胴丸を身につけ敵軍に斬り込んだ瀬戸内のジャンヌ・ダルクとして知られる鶴姫ゆかりの地では、生口島と大三島をむすぶ多々羅大橋にて姫を偲び、闘いで恋人を失った鶴姫が遺した辞世の歌、

「わが恋は三島の浦のうづせ貝
むなしくなりて名をぞわづらう」
の献吟を行なった。



周南市住崎町東部自治会での老人クラブとの共存の取り組み

中村三治 (周南市)
國富 晃

私たち周南市住崎町東部自治会は、平成16年4月現在、世帯数139戸、317名の自治会で、その内60歳以上は132名(41%)、0歳~19歳は19名(約6%)となっています。

私が当地区の自治会長に就任した平成9年4月当時は、世帯数151戸、391名で、60歳以上は150名(約38%)、0歳~19歳は41名(約11%)でしたので年々高齢化が進んでいます。しかし、会員相互の親睦や住宅環境の改善・向上、及び福祉の推進を通してそれぞれ楽しく有意義な実践に努め、

一人ひとりが生きがいと感動の気持ちをもって自治会活動を行なっています。

その自治会活動は、概ね60歳代の高齢者を中心に活動が行われています。私は自治会長就任と同時に当地区の老人クラブの会長にも就任しましたので、自治会活動のさらなる活性化のためにも、それまで女性ばかりで会員数わずか25名だった当地区の老人クラブ会員の増強を図ろうと、地区内の概ね60歳以上の方に老人クラブへの加入を呼びかけました。

その結果、住崎町東部自治会内の老人クラブ会員数は平成16年10月現在で、1772名にまで増え、その内訳は、

●東部寿会 50名(男27人、女23人)

●東もみじ会 44名(男13人、女31人)

●東むつみ会 41名(男18人、女23人)

●東さくら会 37名(女37人)

となっており、4つの分会にはそれぞれ会長と役員を世話人として置き、自治会の指導によって運営されるようにしています。

なお、うち一つの分会は50歳代の女性会員のみで構成されていますが、これは男性が中に入ると調整が難しくなることがあるためです。



図りながら、住民が安心して生活できるように努めているところですが、特に私どもの自治会では老人クラブ運営はもともと重要な業務と位置づけられており、自治会活動の中心にあつてその円滑な運営が求められています。

今後、自治会内の高齢者数が増加の一途をたどる限り、老人クラブ会員も増加していくものと思われま

す。そこで考えなければならぬことは、

1. 自治会とその中にある老人クラブとの現在の一体感が今後も維持されていくこと。そのためにも、老人クラブ活動はあくまでも自治会活動と共存していくこと。

2. 自治会の他の業務や活動との関わりの中で、老人クラブの運営が突出することなく、会員融和を保ちながらなされていくこと。

と。
以上のようなことが挙げられます。

しかし、老人クラブと自治会、いずれの活動も中心となる層が同一であることが常に全体の中で理解されている限り、格別問題は無いものと思えます。

孫と一緒に遊ぶ 川本幸子(下松市)



などと、ワイワイ言いながら作りましたので、百個はすぐにはできませんでした。楽しかったので「ねえ、また作ろうね」という話になりました。

幼稚園の先生にお話しをして、子どもたちと遊べるように手配をしました。年中組の子にお手玉を一つずつ手に持たせると、中から豆を出して喜ぶ子、どうしていいか分からない子、いろいろいます。そこで、

「これはこうして遊ぶのよ」と言つて一つ手に持たせ、こちらからお手玉を投げてやりました。するときちんと受け取る子、ポカンとしている子、まあおばあちゃんか6人も来てどうじゃろうかと思う子…家にお年よりがいないう子がたくさんいるので、驚いたのだと思います。

だんだん慣れてくると、先生の側にいた子が私たちの方に来てくれました。ヤア、キャアと声も出てきたので、少し面白くなったのかなと思いました。私どもはもう孫も大きくなって丁度遊ぶような子が身近にはいませんから、一寸楽しませてもらいました。

「また、来るからね」
と帰りがけに声をかけると、なつかしそうに手を振ってくれました。この子達が大人になって「あんな事があった」と思い出し、やはりおばあちゃんはやさしいね、寂しそうなおばあちゃんには話してあげよう、というようなやさしい気

持ちになってくれるといいなと思えました。

また別の機会にお手玉を百個作りました。「小学校にでも持って行ってください」と市の社会福祉協議会に持参しました。私たちはそうして皆でお手玉を作ることにはできませんが、どこでどうして活用しているのがよく分かりません。もう少し孫や子ども達とのつきあひ方を勉強して、今の社会に役に立つ高齢者になりたいと思っています。

また幼稚園や保育園、老人の集会所当にお手玉を持参して、三つずつ投げてお手玉遊びをしたり、童(わらべ)歌を歌ったりして皆で遊び、暖かい日々を皆で送りたいと思っています。



昨今の社会で、何か老人がお役にたつことがないかと皆で話し合いました。「お手玉を作って幼稚園や保育園に持参し、一緒に遊んでみよう」ということになりました。そこで皆で小布を持参し、お手玉を百個くらい作りました。「針の糸が通りにくい」「肩が凝る」

第10回津布田どんと焼大会 松永一雄（山陽小野田市）



「どんと櫓」に6本のトーチで点火。孟宗竹のはじける大きな音に、お互いの無病息災を祈念しました。これからも津布田地区の三世代が集う場として、この「どんと焼大会」が毎年盛大に開催されることを念願しています。



厚狭郡山陽町（現・山陽小野田市）津布田地区では、津布田会館を拠点に今回で10回目となる「どんと焼大会」を平成17年1月9日曜日に開催しました。

当日はこの冬一番の寒波で、10時頃には雪の舞う生憎の天気でしたが、300名を越える方にご来場いただき盛会となりました。荒天のため、昨年より50名ほど来場者が少なかったのは残念でしたが、会場では来場者に七草粥350食とせんざい400食が無料でふるまわれ、毎年のことながら皆さんに喜んでいただけ、よい思い出となりました。

午前10時30分、高さ約60メートル、長さ約8メートルの大きな

世代交流二題

小野彰三（光市）

11月11日、光市室積の室積中学校で世代交流学習が実施されました。16回目を迎えた今回は新しい試みとして、室積地区老人クラブ連合会に「昔の遊び」と題した学習の指導の依頼が舞い込み、8人の会員が凧作りやお手玉作り、竹馬作りの手ほどきのため中学校を訪れました。



凧作りは、11名の中学生が竹ひごの組み方、紙の張り方、バランスの取り方などの説明を聞いて、思い思いの絵を施した凧を製作しました。お手玉作りは、8名の中学生が針の持ち方の基本や切り込みの入れ方等のアドバイスを受け、女性同士の気安さからかすぐに打ち解け、明るい会話を交わしながら真剣な面持ちで仕上げました。

竹馬作りは、14名の中学生が材料の青竹に板切れを針金で取り付ける作業に苦勞しながら取り組み、見事に竹馬を作りあげました。

中学生達は、各々初めて自分で創った遊び道具を早速グラウンドや体育館で試用し、満足気に友達同士で競い合い、学校中に明るい歓声が響きわたりました。

また12月4日には、室積地区社会福祉協議会初の試みとして、「室積地区世代交流グラウンドゴルフ・ペタンク大会」が室積中学



校で開催されました。これは、高齢者と中学生がニュースポーツを通じてふれあい語り合って、お互いに何かを見つけていることを目的として企画されたものです。

グラウンドゴルフには高齢者42名、中学生14名、ペタンクには高齢者10名、中学生19名が参加し、地区社協会長、室積中学校長、地区老人クラブ会長による始球式でゲームが始まり、両種目とも和気霽々の中でゲームが進められました。その始球式で初めてクラブをにぎられた校長先生が見事ホールインワンを達成され、初の試みとなったこの大会に華を添えられました。

参加者は身をもって世代交流の素晴らしさを実感できたものと思いますが、もっともっと積極的に共通の場づくりをしながら、世代間の距離を一層縮めることができればと思います。

地域の安全・安心を住民の手で 清弘雄正（周東町）

現在、毎日のように「ふりこめ詐欺」や「架空請求」の被害の様子が新聞・テレビで報道され、今だに後を絶たない状況にあります。警察でもその対策に全力をあげて取り組んでいますが、地域住民もこれに応じて「地域の安全・安心は私たちの手で」と警察署と一体になっての活動がみられるようになってきました。こうした動きの一例として、周東町シルバー人材センターと玖珂西警察署が連携して行なっている活動を紹介します。

周東町シルバー人材センターは、公共事業をはじめ一般家庭、民間企業、独自事業と幅広く仕事を受注し、活発な活動を展開していますが、このたび自分たちの手で地域の安全・安心確保のため何か活動ができなかと、玖珂西警察署と協議の上、平成16年9月16日に「あんぜん・あんしんサポート協議会」を立ち上げました。そしてセンターの日常活動を通して地道に実績をあげるべく、犯罪防止のための具体的な活動を見いだそうと警察署長から現況と対策についての話聞き、会員に配付する啓発資料をもらって活動を開始しました。

犯罪防止のためには、今までも集会等で啓発活動が行われていま



したが、問題は集会に参加できない人々、例えば独居老人や足腰の弱い人々への指導・啓発で、それには限界がありました。

そのような中、当センターには一般家庭からの受注も多く、例えば庭木の剪定をしながら「ふりこめ詐欺」や「架空請求」について資料を示しながら、世間話で「こんなこともある」とか「ここが一番大事なところ」と柔らかくお伝えすることがあります。

当センターの会員は訪問家庭の人とほぼ同世代で知人も多く、同じ目線で話ができるので効果があると思われず。同じ話でも、例えば「今からお宅に参乗して、最近の犯罪とその対策についてのお話をしたい」となれば、お互いに身構えてしまつて型にはまつた対応に陥り、効果も薄いのではないのでしょうか。

今、「自分たちの街は自分たち

で守る」という活動が各地で行われつつあります。そうした自主防犯活動で広く一般住民への啓発に努めることが大切であることは申すまでもありません。

そのような動きの中、そうした声の届かない人たちに直接手を差し伸べるような手段を講じることが大切と思い、私たちが実践しているそうした活動の一端をご紹介します。

ク ロ ス ワ ー ド ・ パ ズ ル

A~Eの文字を組み合わせると、ある言葉ができます。クイズの答はハガキに書いて係まで。正解者の中から抽選で5名様に粗品をプレゼント。なお、応募ハガキには、〒、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業本誌に関する感想をひと言を必ずご記入ください。

●応募締切／平成17年7月9日(土)

1	2		3		4	A
5			6	7	B	
	8	9		10		
11			12	C		
13					14	
	D			15	E	

【タテのかぎ】

- 今年8回目を迎えた当センター主催の写真コンテストのテーマはこれ。入賞作品を本誌でも紹介しています。
- 歯と歯の間に挟まったものを取るための道具。
- きらって避けること。
- 電気を帯びた原子。十と一があります。
- かみなりとともに降る雨。
- 豚肉と玉ねぎ等を交互に刺して、衣をつけて揚げたもの。
- 野菜やちくわ、コンニャク、つみれなどを煮込んだ料理。
- 眠っている間に見るのは？
- 70歳のこと。

【ヨコのかぎ】

- 本誌でホームページ製作などの活動を紹介した老人クラブは、防府市の○○○○地区老連の方々。
- 黒や白の種子は食用に。肝機能保護や老化防止に効果がある健康食材として最近注目されています。○○油。○○あえ。
- 本誌P.7~p.10「福祉の現場ルポ」で、地域福祉活動を紹介しているのは○○○町社協さんです。
- 物を欲しがらる心。望みをむさぼる心。
- 音の響き。余○○。詩文で同じ音の文字を句末におくことを、「○○を踏む」と言います。
- 陸前、陸中、陸奥、磐城、岩代の5国を総称してこう呼びます。
- 本誌P.11~p.12「誌上IT講座」では、これのメリット、デメリットについて紹介しています。
- 春夏秋冬。

※ヒント／寒冷前線が通過する時、起こります。啓蟄の頃、春ののどかさを一瞬やぶるその音に驚いて出てくる虫もいるとか。