

あの・なはん

No.84

あの・なはん 盛岡弁で「あのねえ」と呼び掛けることば

「あの・なはん」はボランティアの「あの・なはん編集委員会」が編集しています。担当：男女共同参画青少年課 ☎626-7525

生き生きシニア世代

シニア世代の中には、現役で仕事を続けていたり、趣味のサークルやボランティアで活動したりするなどいろいろなライフスタイルがあります。

今回は、平成20年度に内閣府が実施した「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」から、シニア世代の社会参加と生活について考えました。

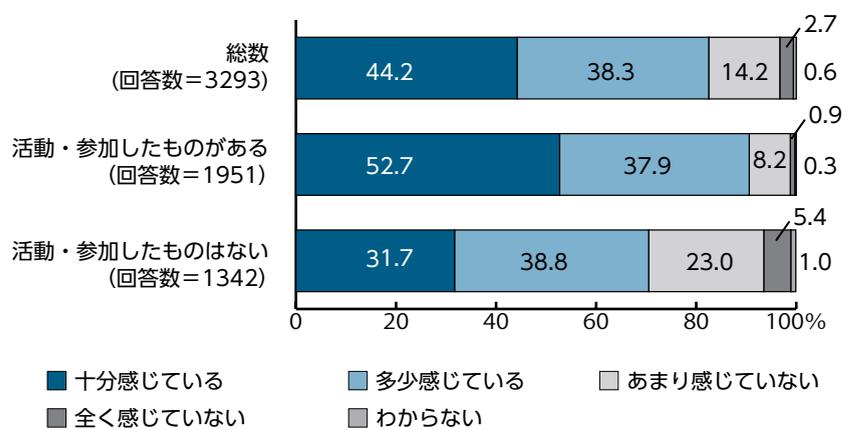
地域の中で生きがいを探す

内閣府は全国の60歳以上の男女5000人を対象に、地域社会への参加に関する意識調査を実施しました。

グラフ1は、自主的な活動への参加と生きがいについて調査した結果です。地域の行事や趣味のサークルなどの自主的な活動に参加したものがあ
る人ほど、生きがいを感じていることが分かります。



グラフ1 自主的な活動への参加と生きがいの感じ方

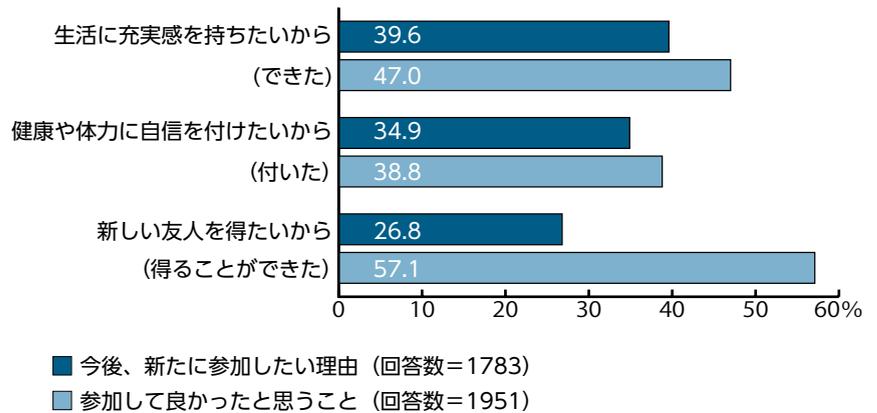


新しい友人ができた

グラフ2は、自主的な活動に参加したい理由と参加して良かったことについて尋ねたものです。新たに活動に参加したい理由として、多くの人は、友人を作ることより、生活の充実感を得たいことを挙げています。しかし実際に活動に参加した後では、新しい友人を得ることができて良かったという人が最も多くなっています。



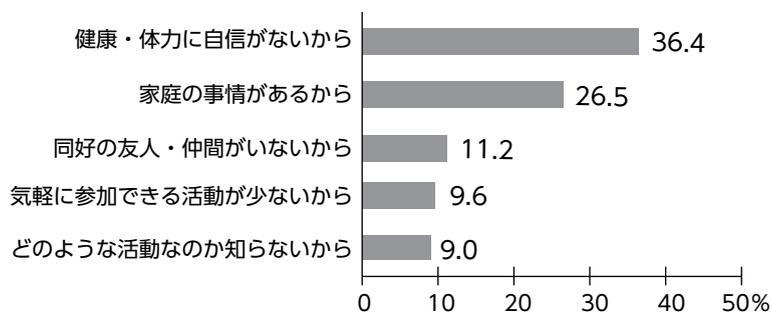
グラフ2 活動に参加したい理由、活動に参加して良かったこと (複数回答)



参加しなかった理由

グラフ3のとおり、健康や家庭の事情などで自主的な活動に参加していないという人もいます。

グラフ3 活動に参加しなかった理由 (複数回答。回答数=1342)



社会とのつながり方はいろいろ



シニア世代の中には元気に仕事を続けている人もいます。しかし、仕事を辞めた後などに日々の生活に張り合いをなくしたり、何をしたら良いか分からない人もいます。そのようなときに地域の活動に参加することは、楽しみや興味が見つかり、充実感や新しい友人を得るきっかけになるかもしれません。

健康に自信がないことや家庭の事情などで、家に居ながらパソコンや趣味などを楽しんでいる人もいます。どのような形でも、社会とつながりを持つことで生きがいも生まれてくるのではないのでしょうか。

インタビュー

趣味やボランティアで活動している皆さんに、活動への思いやこれから始めたいと思う人へのメッセージを聞きました。



姉齒 和子さん (69歳)

あねは・かずこ =西青山二=
町内会、青山まちづくり協議会、ボラ
ンティアひまわりグループなどで活動

無理せず長く

昔から人の世話をするのが好きで
した。ボランティアひまわりグルー
プで青山和敬荘の掃除をしています。
1人が年2~3回行く程度ならば長
く続けられると思います。無理をし
ないことが一番です。

友人が増えた

活動を通して、子どもからお年
寄りまで多くの人と知り合い、気持
ちも若々しくなります。周りの人に
恵まれ、町内会の仕事も続けられて
います。人とのつながりが財産にな
ると思っています。



菊池 直子さん (73歳)

きくち・なおこ =西松園四=
花架拳、モダンダンス、フォークダン
ス、茶道などで活動

生活に張りが出る

子どもも大きくなり、1人である
よりみんなと楽しく活動したかった
ので、地域の活動センターや公民館
に行きました。体を動かし汗をかい
た後、お茶を飲みながらいろいろな
話ができて、生活に張りが出ます。

思い切って行ってみる

これから始めようと思っている人
は、思い切って行ってみることで
す。サークルなどでは教えてくれる人が
いるので、自分であれこれ考えなく
ても良いと思います。何回か行けば
仲良くなって楽しいと思います。



中山 雄幸さん (73歳)

なかやま・ゆうこう =向中野一=
下町史料館歴史ボランティアガイドな
どで活動

城下町盛岡の歴史を広めたい

もともと歴史が好きでした。仕事
で毎日往復していた道の途中にある
川原町のお蔵に、60代になって立
ち寄った時に、参勤交代の和紙人形
を見て感動したことがボランティア
ガイドを始めるきっかけになりました。
多くの人に城下町盛岡の歴史を
知ってほしいと思っています。

図書館には出会いがある

私は図書館によく行きます。いろ
いろな本があるので興味を引かれる
ものに出会うかもしれません。ちょ
っとした会話から新しいつながりが
できることだってありますよ。仕事
を辞めてから何をしようか見つけら
れないでいる人は、図書館に行くこ
とをお勧めします。



菊地 美恵子さん (78歳)

きくち・みえこ =南大通三=
社交ダンスサークル「アップル」な
どで活動

ダンスは楽しい

年1回、女性センターフェスティ
バルで踊ることを目標にしています。
発表後の達成感は何ともいえません。
ベテランも初心者も分け隔てなく仲
良くやっています。踊っているとき
は楽しく、全てを忘れます。

タウン誌などで情報をチェック

何かを始めたい人は、広報やタウ
ン誌などの情報が役に立つと思いま
す。興味があるものに取りあえず参
加してみることです。公民館などが
開催するものは受講料も割安なので
お勧めです。



小栗栖 珠恵さん

おぐるす・たまえ =上堂一=
西部点字パソコンサークル・ステッ
プで活動 (左の写真は西部公民館で
点訳中の様子です)

何かをしたかった

何かをしたいと思っていたので、
西部公民館の点字の講座に参加しま
した。パソコンで打った点が文字と
して読めることに感動。点訳する
ときに文章の読み方や意味を考
えるようになりました。

役に立つのがうれしい

視覚支援学校の生徒が、点訳した
本をサラサラと読んでくれたとき、
役に立っているのだなとうれしくな
りました。自分が夢中になれること
を見つけれられるのは素晴らしいこ
とだと思います。

人と関わりを持とう

今号で紹介した内閣府の調査によって、趣味や催し物
など地域社会で行われる自主的な活動に参加すること
は、生きがいを感じたり、新しい友人を得られるなどの
傾向があることが分かりました。日々を元気に過ごすた
めに「きょうようときょういく」という言葉があります。
「今日、用事がある。今日、行く所がある」という意味で
す。生き生きと自分らしく生活するには、人と会話をした
り、仲間と何か活動をするなど、人と関わりを持つことは
大事だと思います。

シニア世代が趣味や特技を生かせる活動の場を自分自身
で見つける努力は大切だと思います。身近なところから参
加してみませんか。

編集員募集

「あの・なはん」はボランティアの編集員が作っています。

【任期】平成26年4月から平成27年3月までの1年間

【活動】年14回。主に水曜の10時~15時に活動

【対象】男女共同参画に興味がある人

【募集人数】10人程度※選考の上、決定します

【活動場所】もりおか女性センター本館

(中ノ橋通一丁目1-10 プラザおでって5階)

【申し込み】同センター本館や別館(肴町)などに備え付けの申込
用紙に記入し、3月25日(火)、17時まで男女共同参
画青少年課に提出してください。また、申込用紙は市
公式ホームページからもダウンロードできます

【問い合わせ】男女共同参画青少年課 ☎626-7525