

おもしろいね！が、きっとみつかる。

シニア世代の地域デビューを応援！
～アッティーヴォ～

attivo

みやシニア活動センター通信 vol.14 (平成 25 年 4 月発行)

「みやシニア活動センター交流会」で セカンドライフをエンジョイ

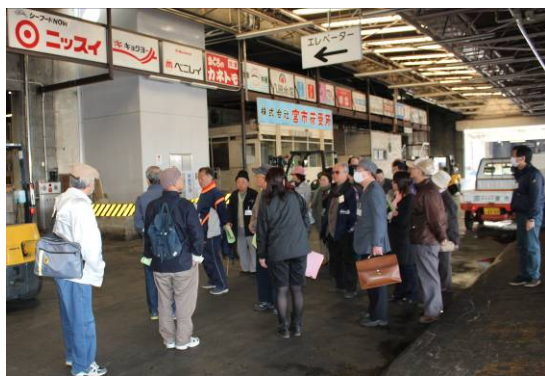
みやシニア活動センターでは、シニア世代のみなさんのセカンドライフを有意義に楽しく過ごしていただくため、「地域デビュー講座」を開催しています。

今年もこれまで講座に参加された方々を対象とした交流会を、3月15日に開催しました。



REPORT

『中央卸売市場』の見学&発表会 / 3月15日・午前



今回の交流会は、地域デビュー講座を受講された方とシニア特派員の総勢27名が参加しました。交流会では、日頃なかなか入ることができない「中央卸売市場」を見学。職員の方から場内の説明を受け、改めて、中央卸売市場の重要性を認識しました。市場を見学したあとは、市場内の会議室を会場に、交流会に参加したみなさんの日頃の活動状況についての「発表会」を行いました。どなたも熱心に報告して頂きました。

☛ 交流会・発表会のみなさんの感想は2ページに掲載

3月15日・午後 / 『ろまんちっく村』をみんなで一緒に散策

午後は、人と地域と豊かな里山にふれあう道の駅として再出発したろまんちっく村へ移動してみんなで一緒に散策や買物を楽しみました。特に、ろまんちっく村への移動の車中では、参加者同志の会話が弾み交流が深まりました。



「attivo (アッティーヴォ)」とは、イタリア語で「活動的な、行動的な」という意味です。

シニア交流会発表会 に参加された

み な さ ん の 声



今回、訪問した「中央卸売市場」や「ろまんちっく村」は見学場所として時宜に適ったもので、知識が広がるとともに、大変楽しく過ごすことが出来ました。(同様な意見多数)

毎回参加させて頂いており、その度に、皆様の元気ハツラツな様子から、私自身も元気を頂いており感謝申し上げます。

交流会の回数をもっと増やしていただくとともに、プチ体験等が出来る
と更にすばらしい感動が出てくると
思います。

定年退職後も社会に参加し、貢献
したいという意欲を多くの方が持っ
ていることを知ることができ、今後
の活動の参考になりました。

シニア特派員★取材報告

【田所特派員】

○ 充電中からボランティア活動中まで

交流会は初めてのうえ一人での参加なので心配だったのですが、他にも一人で参加の方がいらしたので安心しました。

発表会では、退職後充電中の方、何を始めるか模索中の方、自治会等地域活動やボランティア活動を既にされている方などの様々な声を聞くことができ、大変意義深いものとなりました。

中央卸売市場で案内して下さった職員の方、朝3時から仕事をされているそうです。丁寧な説明・見送りありがとうございました。

【清水特派員】

○ 地域活動などの素晴らしい成果に感心

一年最後の締めくくりの交流会。

何者にも勝る快晴に春めく日差しを受けての自然の恵み一杯の一日でした。そして、後日送られてきた参加者への思わぬプレゼントは、中央卸売市場で取った集合写真。きっと皆様の良い思い出の写真になるでしょう。

この企画は、各種施設の見学と個人の結び付きを目的とする交流会ですが、その核心は昼食の一時を共にし、その後に行われる参加者の体験談や今後の抱負を語る報告会につけるのではないのでしょうか。今回も参加者の皆さんの地域活動や趣味の一端を聞くことが出来て、各人、素晴らしい成果を上げていられることに前回同様感心いたしました。

【古谷野特派員】 ○ 地域そして社会に係わっている皆さん

交流会に参加した方々の日頃の活動内容等の発表会では、皆さんが如何に時を単に重ねることなく、充実した時間を過ごされているかを改めて知ることが出来ました。日々スケジュール一杯に過ごされている方、地域のために尽力されている方、趣味を生かしボランティア活動をされている方、目標を立てそれに向かって勉強されている方等々、全ての方々のパワー溢れる報告に感心・感服するばかりでした。皆さんの話を伺い、そこに共通しているのは、各人がしっかりとした考えを持ち、積極的に人との関係を築き、繋がりを広めて、地域そして社会に関わっていることです。

皆さんが培ってきた多くの知識や豊かな経験・スキルを生かし、今後益々の活躍が期待されます。出来るならこの様な報告会だけでも定期的に開催できないかと感じたひと時でした。

地域はあなたの「パワー」を待っています！

平成24年度 第3回 地域デビュー講座を開催しました。

みやシニア活動センターでは、「まちづくり」や「ボランティア活動」などで活躍する方々を講師に招き、シニア世代の皆さんの地域デビューにつなげるための講座を開催しています。

平成24年度の第3回目は、平成25年1月18日（金）から2月8日（金）までの期間に、

- ① 『“出逢い”を悦ぼう，“ふれあい”を愉しもう！～“学びあい”の広がりと深まり～』
- ② 『ボランティアを愉しもう！～“ありがとう”は魔法の言葉～』
- ③ 『こどもとふれあう地域の“わ”！～体験を通し思いやる心を地域で育てよう～』
- ④ 『シニアの力で地域を元気に！』

の4つのテーマで地域デビュー講座を開催しました。

講座を受講されたみなさんの感想



第2回「ボランティアを愉しもう！」
をテーマにしたワークショップの様子

講義でのワークショップの際に、グループ討議の時間があり、参加したみなさんの意見を聞くことができたので有意義でした。

どの講座の先生も易しく、分かりやすく講義されたので、大変勉強になりました。

各講座を通して、「ボランティア活動」とはどのような活動なのかを理解することができ、今までやっていたことについても、もう一歩踏み込んだ考え方が出来るようになりました。

シニア特派員★取材報告《地域デビュー講座》

【清水特派員】

◆第1回（1月18日） 『人との出逢いの場作り』 ◆

宇都宮大学の佐々木准教授による人との出逢いの場作り。まずは1分間でお互いの紹介から。始めは同年輩と思われる方。外見は少し馴染めそうもないと感じましたが、その話しぶりはすばらしい方でした。次は主婦の方でこうした講座は初めてとのことでしたがとても話しやすい方でした。最後に合った方はなかなかの博識で、私の名前の字面を説明すると、瞬時に素晴らしい解釈を頂き、恐れ入るやら、感心するやらで、受講してよかったなと思うとともに、改めて、人との相性や時々運の存在を知る講座となりました。

◆第2回（1月25日） 『ありがとうは魔法の言葉』 ◆

市社会福祉協議会の職員の方によるボランティアを愉しもう！という内容の講座。ありがとうは魔法の言葉／ありがとうと言われると心が和む／その言葉は誰でも簡単にかけられるが、簡単にかけられない魔法の言葉／たった5文字なのに何故だろう。ありがとうは幸せを運ぶ言葉／生れ出でてありがとうと言われ／生を終えるときありがとうの感謝の言葉が言えれば／ポケットに仕舞い込まないで日常ありがとうを言おうよ／みんな幸せになるために。こころに残る内容でした。

◆第3回（2月1日） 『実践派講師の多様な活躍』 ◆

1日目と対照的に各種シニア講座のモデルケースの実体験者川嶋講師のお話。地区の中学生が若い命を絶った事件から、学校やPTA、地区自治会や各種団地と話し合ったが容易に結論が出ず、同志数人でなんとかかしようと立ち上げた実践派講師の多様な活躍を聞くことができた回でした。

みやシニア活動センター主催講座のご案内

○ シニア世代の「地域デビュー講座」

回	開催日	テーマ	講師
1	5月17日(金)	『シニア世代が地域を守り、地域を育てる！』	宇都宮大学国際学部 教授 中村 祐司 さん
2	5月24日(金)	『ボランティア活動を楽しもう！ ～みんなと自分が笑顔になるように～』	宇都宮市まちづくりセンター 事務局長 小倉 克洋 さん
3	5月31日(金)	『旅立ち～創～笑～ ものづくり屋とマジシャン』	日本七宝指導者協会師範 七宝作家 馬場 桃堂 さん
4	6月 7日(金)	『地域デビューのポイント ～相手を知るコミュニケーション～』	とちぎ家族研究所・ウィル 代表 谷津 嘉子 さん

◇ 時間：午前10時から12時まで

◇ 会場：宇都宮市総合福祉センター9階 9A会議室

◇ 対象：おおむね50歳以上のシニア世代。先着15人。但し、全日程参加できる方

○ セカンドライフ支援講座

◇ 内容：「シニア世代を豊かに過ごすための生活設計づくり」（毎回、同じ内容）

◇ 日時：5月期 5月11日(土)・5月25日(土)

6月期 6月 8日(土)・6月22日(土) 各回ともに午前10時から午前11時

◇ 会場：宇都宮市総合福祉センター9階 9B会議室

◇ 対象：おおむね50歳以上のシニア世代。各先着15人

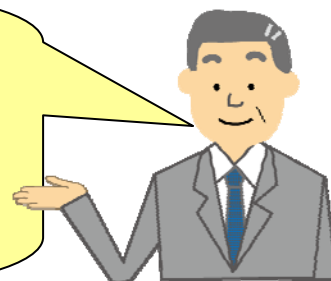
◇ 受講料：無料

◇ 申込み：電話又はファクスにより、みやシニア活動センターまで直接申し込み。

《事務局からのお願い》

「みやシニア活動センター通信」をご覧になった、ご意見・ご感想をお聞かせください。今後の参考とさせていただきます！

また、事務局では、「みやシニア活動センター通信」に掲載するシニア向けの活動などの記事の取材や紙面の編集をお手伝いいただける「シニア特派員」も募集しています。ご意見・ご感想・シニア特派員に関するお問い合わせは下記までお願いします。



○ 発行／編集 みやシニア活動センター（宇都宮市 保健福祉部 高齢福祉課）

住所：宇都宮市中央1丁目1-15 宇都宮市総合福祉センター8階

電話：028-639-8585 ファクス：028-639-8575

ホームページ：<http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp>