

おもしろいね、がきっとみつかる

# みやシニア活動センター

## 通信

【発行】

平成22年2月 第3号

みやシニア活動センター

(宇都宮市高齢福祉課)

団塊の世代の定年退職が始まり、地域では、団塊の世代をはじめシニア世代の皆さんが、これまで培ってきた知識や経験を生かした様々な地域活動が始まっています。

このようななか、みやシニア活動センターでは、平成21年11月18日、宇都宮市中央生涯学習センターにおいて、シニア世代の皆様を対象とした「シニア講演会」を開催しました。

### 第1部 基調講演「まちづくりはシニアパワーの地域おこしから」

とちぎボランティアNPOセンター「ぼ・ぼ・ら」所長(宇都宮大学名誉教授)

藤本 信義 さん

#### 「シニアパワーって何だろう」

「パワー」という言葉には、力強さを感じさせるが、「シニア」の使い方は、様々で年齢上の定義があるわけではない。ジュニアに比べて年長者という程度であり、知見や技術が高水準(上級)という意味も加味されている。

「シニアパワー」を日本語に置き換えると「老人力」。10年ほど前、こ

のタイトルで人気を博した赤瀬川源平氏の著書を思い出す方も多し。

この「老人力」がなかなかのくせ者。「ワシはまだまだ若い者には負けない」と頑張る力ではない。「近頃物忘れがひどくてね」と嘆く代わりに「いやー忘却力がついてきたよ」と元気に笑い飛ばす力のことと思えば、何やらグッと気楽になれる感じがする。赤瀬川氏曰く「年をとると頭のガードが緩んで、『もういいや』って感じになってくる。すると、むしろ吸収が良くなり、逆に活性化する。新しいものが入りやすくなる。」

また、女性解放の運動家として知られたベティ・フリーダン。60歳以降、老いの研究に没頭して「老いの泉」という名著を残した。



多くの事例調査に基づいて「人間は60, 70, 80歳代になっても能力は進化する。」と彼女は断言している。

老人力を楽しみつつ、力強いシニアパワーに転じるきっかけは、実は身近な地域にたくさんある。

### 「シニアパワーをまちづくりに活かすために」

身近な地域でシニアパワーを発揮してもらうため、就業支援・ボランティア活動支援のプログラムを用意している公的機関がある。団塊世代をはじめシニア世代は、ボランティア活動だけでなく、仕事も続けたいと望んでいるからだ。他にどのような方策があるのか3つ挙げる。

1つ目は、地域の得意技をもった人を掘り起こすこと。食べ物や健康など暮らしのベテランがいる。自然・環境にこだわりを持つ人、趣味が高じて達人の域にある人、世話好き、物知り、専門技術に長けた人など人材は必ず見つかる。

2つ目は、ジュニアとシニアの居場

所づくりを心掛けたい。今、居場所の1つとして「コミュニティ・カフェ」が全国で見られるようになっているが、世代間交流の場が身近なところに必要だ。

3つ目は、「冒険心をもちつづける」という生き方。ベティ・フリーダンは「高齢期こそ希望に満ちた未知の冒険のとき」と言っている。赤瀬川氏もまた「冒険のない」老人を問題にしている。

現役時代には疎かった地域とのつながりを創り出すまちづくりも、冒険心を充たすにふさわしい身近な探検の場と言える。

## 第2部 パネルディスカッション「シニアパワーを生かした地域活動」

### 「最大の防犯対策は自己管理・自己責任」

宇都宮駅東自主防犯パトロール隊 副隊長兼事務局長 杉本 浩亮 さん

自分が生まれ育った宇都宮駅東地区の犯罪が年々増加し、「何とかしよう」と思い、平成13年に「駅東自主パトロール隊」を立ち上げた。

会員数は33～34名とずっと変わらないが、立ち上げ当初は駅東の繁華街を中心にパトロールをしていたが、痴漢や窃盗事件等が増えて、活動範囲を拡大した。その結果、犯罪件数は減り、パトロールの効果は着実に上がっていった。

パトロール隊の活動を通じて、定期的な懇親会がある。会員各々が同業者ではないので、色々な情報が飛



び交い、困った事が起きるとアドバイスを受けたり出来てありがたい。

また、パトロールの効果は会員の

健康管理にも大きな役割を果たしてくれている。パトロール時間は短い時で約1時間、長い時で約2時間。足腰の鍛錬やメタボ対策にもってこ

いである。

これからも地域の安全・安心のために無理のない形で息の長いパトロールを続けたい。

## 「まちづくりの原点はふるさとの歴史を正確に知ること」

うつのみやシティガイド協会 会長 大貫 裕 さん

「宇都宮の良さ」を全国に知ってもらおうと、市の観光ボランティアガイド養成講座修了者が集まり、「うつのみやシティガイド協会」を平成18年に立ち上げた。

子どもたちに宇都宮を自慢してもらいたい。子どもたちが宇都宮を離れる時、宇都宮がどんなところかを話してもらいたい。そのためには宇都宮を正確に知ってもらいたい。



宇都宮市には素晴らしい歴史や文化がある。

今から400年以上前、500年間にわたり宇都宮家が宇都宮を支配していた。鎌倉時代には幕府の中核として、全国の至る所に宇都宮家が広がっていった。

江戸時代には、宇都宮家が全国で有力だったため、次第に名前は消されていった。当時、城を取り囲む街道筋には、町人文化があり、二荒山神社を中心に祭りを開くと、各町内で競って屋台を出し、江戸から芸人まで呼んだ。そんななか、唯一、江戸の文化・日光の文化である「鳶木遣り」が現在まで約130年近く続いている。

このように素晴らしい文化や歴史が残っているのに、正確に伝えてられていない。宇都宮の素晴らしい歴史を後世に伝えたい。ぜひ、シニアの方々にも宇都宮の歴史や文化を勉強して、本当の姿を後世に伝えてもらいたい。

## 「シニアと子どもの居場所は同じ目線」

宇都宮市体育協会 会長 山野井 暉 さん

市の体育協会のベースは地域の体育協会であり、居場所づくりをメインに活動すべきと考えている。

私の住む陽光地区では、老若男女を問わず、多くの方に参加していただくため、毎月第3土曜日を「陽光スポーツデー」とした。「自由参加で手ぶらでどうぞ」として、ある時はウォーキングをして、色々な方とよもやま話をしながらのんびり歩く。ある時は、小学生とお年寄りがグランドゴルフを一緒にやると、お年寄りが子どもに親切に

教えてくれる。そこには、大人と子



どもの交流が出来て、今まで出来なかったあいさつが生まれる。

また、地区の体育祭の際に、お年寄りに町内の人と同じ弁当を食べ、競技を応援してもらうことにした。これをきっかけにして、近所であいさつが出来る範囲が広まり、井戸端会議が出来るようになった。中学生にも体育祭を手伝ってもらう。役割を与えられ、真剣に取り組んでいる。今年は、アナウンズ係として高校生にも声をかけた。ま

だまだ数は少ないが、地域における子どもの居場所づくりと同時に、大人の居場所づくりになり、まちづくりにつながっている。

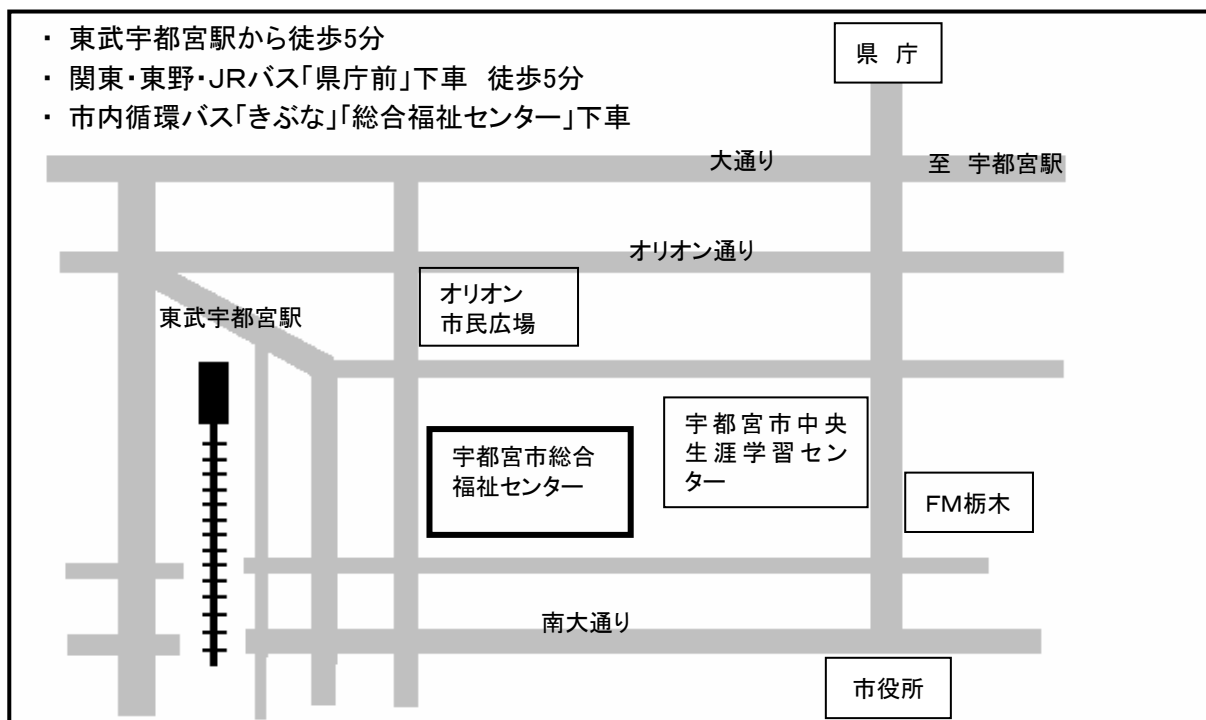
地域のなかで出来るだけ多くの人に参加を呼びかけるが強制はしない。少ない人数でも行動することにより、青少年の健全育成や、家庭の絆を強く結びつけたり、子どもの居場所づくりや、私も含めてお年寄りの居場所づくりになっている。

### 【編集後記】

今回、事例を発表して下さったパネラーの方たちは、生まれ育った宇都宮をこよなく愛する心で自ずと体を動かしてしまうのでしょうか。私たちは何気なく日常生活を過ごしていますが、シニアといってもまだまだ若い。「第2の人生を健康で心豊かに、生き生きと過ごしてみたい」と考えている方、お気軽にみやシニア活動センターにお越しください。

### ●センター案内図 ※駐車場はございませんので公共交通機関をご利用ください。

- ・ 東武宇都宮駅から徒歩5分
- ・ 関東・東野・JRバス「県庁前」下車 徒歩5分
- ・ 市内循環バス「きぶな」「総合福祉センター」下車



## みやシニア活動センター

- ・ 開設：月曜日～土曜日 9:00～18:00(日曜、祝日、年末年始は休み)
- ・ 場所：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