

GeeYa: OISO

超高齢化社会をサバイブしよう!「じーや おおいそ」

VOL.2

特集

大磯で楽しむシニアライフ

- 福祉・介護にかかわるメンバーによる本音トーク&座談会

大磯の団体紹介

大磯町老人クラブ連合会

一般社団法人大磯町シルバー人材センター

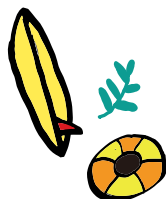
HELLO!
NEW OUR
FUKUSHI
& KAIGO
WORLD



ふむ
ふむ

じいやくん

「じいや」とは、海水浴最盛期の大会で都市部から訪れるお客様専用のライフセーバーとして、海の安全や泳ぎ方、大会生活を支えていた方々の呼称。その「じいや」を現代版に復活し、今の大会で人生を楽しむ方々とともに、福祉や介護の現状、少し先の未来、そして高齢化社会を生き抜く心のあり方まで、さまざまな企画と情報発信を通して考えるフリーペーパーをお届けします。





左)大磯町町民福祉部福祉課の齊藤さん
右)大磯町西部地域包括支援センターの岩本さん

今回も
座談会
からお届けします!

座談会

大磯で楽しむ、
シニアライフ

シニア世代の力を生かす、 町の活躍の場を知る



人生100年時代、老後の概念が少しずつ薄れている中で、ここ大磯町でもシニア世代が活躍できる場所が以前から存在していることをご存知でしょうか？

余暇を充実させる場所、豊かな暮らしの担い手として活躍できる場所。今回は大磯町で活躍するシニアの団体「一般社団法人大磯町シルバー人材センター」と「大磯町老人クラブ連合会」。(活動のご紹介はP6〜P9に続く)にスポットを当てました。

大磯町で古くからシニア世代が集い様々な役割を担ってきた両団体。今と、そしてこれまでの大磯を知る5名の皆様に、現在の大磯町を語っていただきました。

齊藤さん シニアの方が元気で、さらに積極的に町やコミュニティとつながることで、情報共有しながら日々楽しく過ごしていただけたらと思っています。そのヒントとして今回「シルバー人材センター」(以下シルバー)と「老人クラブ連合会」(以下老連)をご紹介したいという流れになりました。まず

は両団体の現状を改めて共有できればと思っています。



大磯町東部地域包括支援センター
の岩田さん

岩田さん 東部地域包括支援センターでは、地域の困りごとを私たちがお聞きした上で、その担い手として、シルバーさんをおつなぎしています。植木の剪定やお庭の草刈りといったお仕事に加え、ゴミのふれあい収集という取り組みをお願いしています。これは高齢者の方がご自身でゴミを集積所まで持っていくことが困難な場合、そのお手伝いをお願いしています。

岩本さん 西部地域包括支援センターでも、ゴミのふれあい収集をお願いしています。ただ、シルバーさんも人材不足で、エリアによっては担い手がなかなか決まらないこともあり、そこが課題かなと感じています。

みなさん、こんにちは。

GeeYa:OISO

お久しぶりです、“jeeやおいそ”です。

私たちの暮らす大磯町も、高齢化が進んでいます。2023年には65歳以上の人口が34%を超え、2040年には42%台になる推計です。ほぼ2人に1人が高齢者という時代。世界のどの国も一度も経験したことのない超高齢化社会を迎える私たちですが、シニアライフをどのように過ごしていくのか、様々なテーマやトピックを題材に、皆さんと一緒に考え、それぞれの答えを見つけるためのフリーペーパーとして今回もお届けします。今号のテーマは

大磯で楽しむ、 シニアライフ

今回も福祉・介護に携わる皆さんにお話を伺い、
大磯町でシニア世代の活躍と場として再注目されている
「大磯町老人クラブ連合会」「大磯町シルバー人材センター」
の2団体の皆さんにお話を伺いました。



働きたいという原動力が 社会資源になる場



岩本さん 先日、70代後半の方が西部地域包括支援センターの方にご相談にこられたんですね。お花が好きなので公園のお掃除の仕事をしたいというお話でした。そこで町内の公園に問い合わせたところ、公園のお掃除はシルバーさんをお願いしているとのこと、すぐにおつなぎしました。その後はシルバーさんからお仕事をいただくようになったそうです。手伝うことでご自身の活躍の場となり、なおかつ収入を得られる。そんな場としてシルバーさんに関わりをもつというこれはいいことだなと感じたエピソードでした。

老連さんの方は、私自身が社会福祉協議会で地域包括支援センターをしていた10年以上前、盛んに活動されていた記憶があります。特に高齢の方を訪問する友愛活動に力を入れていらっしゃいました。今はどんな活動をされているのか知ることでお互い広がることもあるのかなと感じてます。

斉藤さん 昔はシルバー世代の方を中心におよそ20団体ほどが活動されてい

たのですが、最近は約11団体まで減っていて、各地区に老人会がある状態ではないです。

もともと、老連さんは、楽しい余暇を過ごすことを目的とした団体です。仕事ではなく、地区の方と交流しながらいろんな行事に関わってくださる団体さんです。

介護予防につながる ボランティア活動へ



岩本さん シルバーさんは雇用、老連さんはボランティア的なイメージが強い印象ですが、雇用に関わらずボランティアすることで介護予防になればいいなと思うんです。

ご高齢になると怪我やご病気をされて体力が低下してしまう。そこで介護保険の介護予防的なメニューを使い、低下した体力を運動してもとに戻すという短期集中の取り組みがあります。ただ、そこで体力が元に戻っても次の目標が見えないことも多いんです。そこで元気なその力を維持するために地域でなにか担っていくという流れができてくるとより良い循環が生まれやすよね。

それ、地域性もあると思います。つながらないにしてもどう共存するのか、コミュニティ以外にどんな仕組みがこれから必要なのか模索していくことも大事ですよ。

岩本さん その視点で言うと、大磯の民生委員さんは地域に出られて活躍されていらっしゃるすよね。その地域に住んでいる方が民生委員さんになっているので、地域の状態にも詳しく、一人暮らしのお年寄りなど定期的に訪問されています。

岩田さん 民生委員さんも社会資源を掘り起こしたり、今ある資源をフル活用できるような方たちですよ。町民の困りごとを町や地域包括支援センター、民生委員さんに相談する。そこから私たちが介護サービスの調整や専門的なサポートをする。その中で、私たちが思い描くのは、「この人はこんな資源、サービスがあったらもっとこの人らしい生活できそう」という次の一歩なのですよ。

そういう話を地域の中に入っている方と相談しながらサポートしていくと理想的ですよ。



大磯町東部地域包括支援センターの窪田さん

シニア世代がコミュニティ とつながるヒントを探る



窪田さん 私の両親は母が81歳、父が84歳なのですが、現在東部地区に住んでいます。そろそろ介護予防かなという年齢のふたり暮らしで、地域コミュニティとはつながっていない。私としては地域コミュニティとつながっておけば安心だなと思う一方で本人たちはつながりたくないかもしれない。それ

シルバーさん、老連さんのような団体に加わることで自分の役割が生まれ、町で生き生きと暮らしをつくっていく、結果として介護予防事業にもつながると理想的だなと感じます。



左：大磯町社会福祉協議会の西岡さん

次項は、座談会にも登場した「大磯町老人クラブ連合会」「大磯町シルバー人材センター」の2団体の方々にお話を聞きに行ってみました！





大磯町老人クラブ連合会 添田栄会長、馬場地区 依田勝也会長に聞きました。

老人クラブ連合会会長
添田栄さん



時代の变化に合わせて
老連の活動も
変化しているんですよ

かつて湘南大磯ボーイズ・ガールズと呼ばれていた人たちがシニア世代となり、いま、地域での仲間づくりや生きがいづくり、地域づくりまで担い活躍する大磯町老人クラブ連合会とは？

現在は五百六十人が活動中



添田さん 今年「伸ばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」が全国老人クラブ連合会のキャッチフレーズです。具体的な活動としては、会員相互の親睦や支え合い活動として、芸能やカラオケ大会、バス旅行などを行っています。体力づくりや健康の保持活動としては、ユニカールやグランドゴルフ大会、友愛活動として誕生のお祝いや長寿祝いも開催しています。

最近重点的に行っているのは、湘南大磯病院のご厚意を得まして先生による講話の実施です。認知症予防や健康寿命を延ばす秘訣など貴重な講話をして頂きました。奉仕活動では、一部の町都市公園の定期的清掃の受託、全国

一斉奉仕清掃（国道1号線の清掃）の実施。町の美化キャンペーンや一部町内神社の清掃や各町内会で開催される盆踊り、各種行事に参加し伝承に努めています。

また、町内の馬場地区ではシニアだけでなく、青年会や子供会など含む11の団体が横につながり多種多様な活動が実現しています。

依田さん 大磯町の老連は全体で約五百六十人ですが、その中で私の所属する馬場地区は約百人です。確かに今、勧誘も難しく新規加入は少ない。地区の役員をした方や民生委員さんなどに参加のお声がけをすることもありますが、もちろん強制ではないので、まずは知ってもらうことが大切かなと思います。



大磯町老人クラブ連合会

昭和38年施行の老人福祉法に位置付けられている団体。地域を基盤とした高齢者の自主組織「全国老人クラブ連合会」を結成。余暇の充実や地域奉仕を中心とした活動を軸に全国約8万5千クラブ、およそ400万人が参加。大磯町では24町内中、現在は10町内11団体が活動中。

馬場地区会長
依田勝也さん



大切なのは コミュニティの深まり



依田さん 昔は町の側溝や水路の掃除を町民みんなで行なっていましたよね。ご近所でおしゃべりしたり、休憩しながら掃除をしたものです。そんな風習が地域のコミュニティに深まりを持たせていったんだと思います。今でもつながりの強さを感じます。例えば、子供の参加人数が減って子供会を支えるために育成会をつくって援助していたり。地域の役員を現職の方がやるケースも多くなっています。

働きながら地域とも関わるきっかけになっていけばいいなと思います。

添田さん 大磯は海、山とユニークな人材と資源はたくさんあります。この町で一緒にシニア時間を楽しむ仲間をふやしたいですね。



年始の芸能大会にてコーラスをお披露目するゆめクラブ馬場のみなさん。活動見学をきっかけに会に参加する方もいるそう

みなさん、ぜひ参加してみませんか？

老人クラブの活動は、現代の高齢化社会の中で大変重要な役割を担っています。

- ▶加入年齢は原則として60歳以上、おおむね30人以上の規模で組織されています
- ▶仲間と一緒に、スポーツ、趣味、旅行、歌、学習等を楽しみ、会員相互の親睦や健康の増進に努めています。また、友愛活動やボランティア等の社会活動にも取り組んでいます。誰でも気軽に参加できる活動も多く、スポーツや文化活動が未経験の方でも歓迎しています。

場 所

255-8555
大磯町東小磯183
大磯町役場福祉課内

電話番号

0463-61-4100



大磯町老人クラブ連合会

大磯町シルバー人材センター事務局長 渡部寛さん、スタッフ 原田政弘さんに聞きました

自分の暮らす街で仲間たちとずっと一緒に働ける活動なんです！

事務局長 渡部寛さん



これまでの経験を活かしながら仕事としてプロフェッショナルに町の課題を担う。そんな大磯町シルバー人材センターの活動とは？

雇用ではなく、フリーランス



渡部さん まず会員になっていただく際、面接をしますがこれはこれまでどんな経験があつて何が得意なのかを知るためです。その後、自分のやりたい仕事内容を伺いそこにマッチングする仕事があればお願いするという流れですね。

仕事内容は、庭木の剪定、空き家の管理、家庭支援の買い物代行などもあります。

知らない業者よりも顔が見えるシルバーさんだからお仕事をお願いしたいという声も多いんですよ。

60歳以上で健康であれば基本的には誰でも会員になれます。また会員登録なので雇用ではなくフリーランスとなり、給与ではなく配分金となります。昨年

もらえる環境づくりをしています。

渡部さん 仕事だけでなく、会員の技術力向上を図る活動もやっています。

町民の方々が利用する施設の場所をお借りして刈払機による除草や植木剪定などです。作業後はきれいになった、さっぱりしたなど施設利用者から悦ばれる言葉を頂くと、やりがいを実感しています。

これから先、働き方改革で定年がどこまで伸びるのかはわかりませんが、シルバーは健康であればいつまでも仕事ができます。なにより、自分の住む町で仲間といっしょに働くことができます。

それが結果として、大磯は楽しい老後が過ごせる町だねとなる、そこが一番いいですね。



活動風景に1つ。「大磯ふれあい会館」にある植栽・枝の剪定。

みなさん、ぜひ参加してみませんか？

入会の申込みは随時受け付けていますので、入会説明会にぜひご参加ください。お電話をお待ちしています。

- ▶対象者 町在住の、健康で働く意欲のあるおおむね60歳以上の人
- ▶仕事内容 屋内外の清掃、除草・草刈り・剪定、障子・網戸の張替え、公共施設の管理人、見守り・ごみ出しなど
- ▶就労日数 ご自身の体力・希望に応じます。
- ▶その他 就業中のけがや事故などの保障は、保険の対象となり安心です。

場 所

259-0103
大磯町虫窪7

H P

<https://webc.sjc.ne.jp/oiso/index>

電話番号

0463-70-6241



大磯町シルバー人材センター

新しい仲間に出会える環境

から神奈川県最低賃金を適用しています。活動することで健康に過ごせることもポイントです。数年前にある大学が調査をした結果、医療費、健康保険証を使う頻度は、シルバー会員は一般の方より少ないというデータを公表してもらったこともあります。

体を動かすというところもシルバーの存在価値かなと思っています。

原田さん 会員の中には84歳の方もいらっしゃると思います。メインは75歳前後ですが、当然安全にも気をつけています。私の場合、注意をうながすことも多くて口うるさいほどだと言われますが（笑）。もちろん、会員を守るための傷害保険、お客様の物を壊した時の賠償保険。それから本人が熱中症になった際の対応として熱中症保険もあるので、できる限り安心して仕事に取り組んで





大磯で楽しむ シニアライフ

座談会

まとめ



「つながり」

そんなキーワードが見えてきた今回の座談会。
地域のコミュニティとつながってみよう、その一歩が大切。

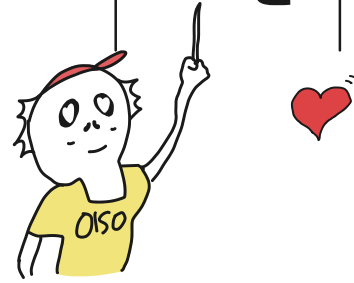
斉藤さん 行政でも、積極的にシルバーさんと老連さんにお力添えいただきながら、より生きがいを感じる町づくりへ進んでいけたらと思っています。自分にあった働き方ができる良いチャンスであったり、同世代の情報交換ができる心強いコミュニティであり、趣味の同じ仲間づくりができる。より多くの方に参加してほしいというのが町の願いですね。

西岡さん 今回取材に同行する中で、この活躍をもっと多くの方に伝えたいと感じました。印象的だったのは、なにかやるべきことを楽しんでいるシニアの方は本当に笑顔が素敵だということです。まだまだ現役でこちらまで元気になります。

岩本さん 私も改めて両団体の活躍の幅を知り、ますます頼りになる存在だということを感じました。シニアの方が生きいき活躍できる場があることをもっと知ってほしいと思います。

岩田さん これからもシルバーさん老連さんとしっかりつながりながら町や町民から出た課題に対してサポートしていけたらと感じました。シニア世代のパワーがもっと大きく広がって、活躍の場が増え、大磯町の楽しい暮らしにつながってほしいですね。

シニアライフを 楽しむコツ



いかがでしたか？

近年、企業の雇用延長が進むなど、さまざまな制度や社会様式は大きく変化しています。

誰もが地域や社会との繋がりを感じ、生き生きと暮らしていくために。シニア世代からの日々の過ごし方に注目が集まる一方で仕事から離れ、いざ地域で過ごすフェーズになった時、一緒に語らう仲間や、体を動かす機会が減るなど、徐々に活力を失ってしまう方も多いと言われています。

今回は特集を通じて、大磯町の二つの団体をご紹介させていただきました。ミドルシニアと呼ばれる45歳以上の方々、そしてこれから60代、70代を迎える皆さんにも、地元の団体や組織を知って、ぜひ足を運んでいただけたらと思います。



地域に仲間がいる

参加のメリット①

活動を通じて、町内に知り合いや相談できる友人ができる



参加のメリット③

誰かの役に立つ

ゴミ出しのお手伝い・子ども見守りによる地域貢献



健康な状態を維持する

参加のメリット②

参加を通じて閉じこもりの防止、健康の保持・増進へ

充実した老後の暮らしを描くには、



大事なかもしれませんね
取材にご協力、ありがとうございました！



なんでも相談してください！ 介護のこと・福祉のこと



大磯町町民福祉部福祉課

大磯町の介護・福祉のことなら、なんでもまずはお相談ください

場所 〒255-8555 大磯町東小磯183

電話番号 **0463-61-4100**
(内線:302,315,316)

大磯町社会福祉協議会

大磯町に暮らす子供から高齢者までが、安心して自宅で生活できるよう各種社会福祉事業を実施しています。

場所 〒255-0003 大磯町大磯1352-1
(大磯町立福祉センターさざれ石内)

電話番号 **0463-61-9390**

営業時間 月曜～金曜(祝日・年末年始は除く)
午前8時30分～午後5時15分

もしも...
大磯在住の
じいさんと申します。



すみません。
いろいろ
質問させて
ください。
GeeYaを
読んで...

OISO
**FUKUSHI
& KAISO**

地域包括支援センター

「地域包括支援センター」は、高齢者が住み慣れたまちでいつまでも暮らせるように、医療、介護、保健、福祉などの必要なサービスを受けることができるように包括的に支援する総合相談窓口です。地域包括支援センターの職員は、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職。みんなが連携して業務に取り組みます。

東部地域 包括支援センター

対象地域 高麗・東町・大磯・東小磯・西小磯

場所 〒255-0003 大磯町大磯1352-1
大磯町立福祉センターさざれ石2階

HP <https://www.shinseikai-roujin-kanagawa.jp/facilities/oiso-comprehensive-support-center/>
(社会福祉法人伸生会)

電話番号 **0463-61-9966**



西部地域 包括支援センター

対象地域 国府本郷・国府新宿・月京・生沢・寺坂
虫窪・黒岩・西久保・石神台

場所 〒259-0111 大磯町国府本郷1196
横溝千鶴子記念障害福祉センター2階

HP <https://kana.rakuraku.or.jp/oiso/cgsc/140007-cgsc-CH14341N0003>
(合同会社地域包括ケアステーション)

電話番号 **0463-71-5595**



<発行> 社会福祉法人大磯町社会福祉協議会

〒255-0003 神奈川県中郡大磯町大磯1352-1
TEL:0463-61-9390 FAX:0463-61-7614

GeeYa:OISO

●企画・制作 る～た～大磯

●デザイン・ディレクション 森川正信 / 関内イノベーションイニシアティブ株式会社

●編集・取材・文 たけいしちえ ●撮影 八幡宏