

第26回

いきいき長寿県民賞

受賞者の横顔

～はつらつと輝いているひと～

令和5年9月

福島県
社会福祉法人福島県社会福祉協議会

第26回 いきいき長寿県民賞の活動紹介

福島県では、毎年、中高年や高齢者の社会参加を始めとした“生きがい”と“健康づくり”を推進することを目的に、年齢を感じさせない生き方をしている高齢者や積極的に社会参加活動を行っている高齢者の団体を表彰しています。

今年度は**個人3名、団体2団体**が受賞されました。

(五十音順)

“学校の応援団長”いきいきと活躍！！

おの あきら
小野 明さん (85歳) 北塩原村



会津坂下町に生まれ、(株)IHIに就職し、火力発電のプラント設計部門を担当。仕事で各地を訪問していましたが、退職後は自然豊かで高台から会津平を展望できる地に住みたいと想い、平成13年に北塩原村へ移住しました。移住後は、地域の役に立ちたいとの思いを強くし、老人クラブ連合会をはじめ各種団体の役職を積極的に引き受けました。平成14年には、裏磐梯の裏磐梯エコツーリズム協会に入会し、森の案内人として子どもたちに薬師の森の自然や村の水源、歴史について伝える活動を行っています。

子どもの見守り隊を始めた当初に、村の子どもたちや住民が道路脇にごみを捨てている状況を知り、まずはごみ拾いを率先して行うことから始めました。ごみのない綺麗な村であることは村民の心もきれいであると考え、道路のごみ拾いを5年間継続したことで、村にごみか捨てられることがなくなりました。



平成24年より、地元の小学校で「子ども見守り隊」が組織化され、初期メンバーとして現在に至るまで活動しており、今まで培った経験や資格等を活かして、書写の授業、昔遊び、校庭の樹木手入れなど学校の支援に携わっています。

健康の秘訣は、家に閉じこもらず、日マストレッチ体操を欠かさず行うことです。家に居ることがほとんどないくらい、毎日楽しみながら様々な活動に取り組んでいます。

村民の皆さんには健康で元気にいきいきと過ごしてもらいたいので、自分自身がお手本になれるよう地域のために今後も尽力していきたいと思ひます。



ハーモニカ♪でボランティア

さかい かつはる
酒井 勝治さん (90歳) 郡山市



韓国に生まれ、戦後引き揚げて郡山市に移住。ハーモニカとの出会いは、高校のハーモニカクラブに入部したのがきっかけです。高校卒業後は仕事に追われ、ハーモニカから遠ざかっていましたが、74歳で第二の職場を退職した後、もう一度ハーモニカを楽しみたいとの思いを強くし、郡山愛好会に入会し本格的に始めました。

ボランティアは『ハーモニカアンサンブル エコーズ』を中心に、ハーモニカの演奏活動を行ってきました。コロナ禍前は、郡山市内に限らず、高齢者福祉施設や各団体から出演依頼があり、県内各地で年20回くらいの演奏ボランティアを行ってきました。今までで、やりがいを感じた出来事は、自分たちが奏でる曲を聴いて、高齢者の方々涙を流して喜んでくれたことです。ハーモニカの演奏と一緒に懐かしい曲を歌ってくれたり、踊ってくれたことが何よりも嬉しいことでした。

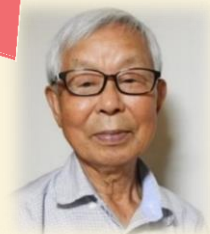


また、ハーモニカへの情熱により、自身で猛練習し数々の試験を突破したことで、77歳にして指導者の資格を取得することができました。ヨークカルチャー郡山教室や朝日ハーモニカクラブなどで講師として活動の幅を広げてきました。さらに、コンサートや各大会にも出場していましたが、これらハーモニカにおける活動と演奏技術が評価され、89歳で県内4人目となるハーモニカの師範認定を受けました。

ハーモニカ演奏活動のほかに、平成21年からは町内会の役員を務め、週1回、100歳体操の世話役を担うなど地域活動にも力を注いできました。

だれもが笑顔で認める鹿島のボランティア先駆者

ただの まもる
唯野 守さん (83歳) 南相馬市



旧鹿島町に生まれ、中学校卒業後、左官業として修業したのちに、昭和37年に地元で独立しました。国の重要文化財となった蔵をはじめ、多数の蔵などの修復作業に携わってきました。

左官業の傍ら、33歳頃に豊かなまちづくりに寄与したいとの思いから、5人の有志で社会奉仕団体を結成し、5人が協力し合い、一人一人の持ち味(技能や知識)を出し合って、祭りなどの地域行事、地元の介護施設での手品披露や皿回しを行う慰問活動、高齢者の外出支援など多方面において多彩なボランティア活動に取り組んできました。

また、左官業で培った経験と技術を活かして、土偶・土器などをコンクリートで再現した作品やアンパンマン像を製作し、県外の交流センターや地元の幼稚園、小学校、高齢者宅に寄贈したことで子どもや高齢者に大変喜んでもらえました。

東日本大震災やコロナ禍の影響で活動制限がわかり、地域住民やボランティア仲間と顔を合わせる事が難しくなり残念ですが、現在は、自分にできる活動として、共同墓地や特別養護老人ホームの草むしりや管理など環境美化活動に励んでいます。どんなに小さいことでも相手のために尽くし、ありがとうと感謝される人生を送りたいと考えています。



レクダンスでボランティア~年をとってもかっこよく生きる~

表郷レクリエーションクラブ 白河市



平成11年、旧表郷村の体育事業であるレクダンス教室開催を機に、参加者から教室の継続要望があり、現代表の佐藤義子氏が設立しました。

平成17年、旧表郷村が現白河市に合併した際、表郷地区にとどまらず、6つの地区の集会所等を会場にレクダンス教室を開催し、会員同士の交流も目的にレクダンスを指導しています。レクダンスを通じて、会員の健康維持を図るとともに、地域住民の介護予防や認知症の予防、ロコモティブシンドロームの防止、社会参加などいつまでも元気で暮らしていけるよう生きがいづくりに励んでいます。

平成29年、白河市の事業である市内48拠点の「あったかサロン」や白河市社会福祉協議会と連携し「表郷地域健康体操教室」に出向き、レクダンスを通して高齢者の健康、仲間づくり、社会参加のための居場所づくり支援にも貢献しています。これらの活動を通じて、教室会場まで交通手段がない高齢者の問題、サロンサポーターの高齢化による担い手不足など、地域住民が抱える困り事の相談を受けることがあります。地域の課題に真摯に向き合い、自分たちが住む地域を良くし支えたい気持ちで取り組んでいます。

高齢者の方々と笑い合い共に過ごす時間、何物にも代え難い感謝の言葉にやりがいを感じています。来年で設立25周年を迎える節目の年であり、これからも地域の皆さんとともにできることをコツコツと地道に取り組んでいきたいと思っています。



健康体操で元気はつらつ♪

“元気か〜い!” 三春町



平成22年、三春町で介護予防を目的とした健康体操教室の開催をきっかけに、参加者から継続要望があり、平成23年1月、会の設立に至りました。

健康体操を軸に活動しており、現在は岩江地区で①岩江スクエアステップ②岩江百歳体操の2つの体操教室のほか、定期的にリーダー養成研修を行い、三春町内6つの地区でリーダーとして活躍できる人材育成に力を入れています。会員の多くが体操の指導員資格を取得し、地域のリーダーとして様々な方面で活躍中です。会員は自分がリーダーで中心となって活動できる喜びと充実感を感じながら地域のために取り組まれています。

また、震災後は葛尾村の仮設住宅に出向き、避難者とともに健康体操やレクリエーションを提供する避難者支援を実施し、石川町や鮫川村の他サロンとの交流を図るなど活発に取り組んできました。

毎年、地区の敬老会、文化祭で健康体操を披露するほか、町内の幼稚園や小中学校でのボランティア活動(ミシン指導、お芋づくり、昔遊び等)にも取り組んでいます。学校と関わる中で、自分たちが学校に対して何か支援できることがないかと声かけをしたことがきっかけで、小学校の新入生に対し給食支援を行うなど、学校支援にも携わるようになりました。

常に地域の課題に目を向け、町全体の健康維持向上を図るとともに、“地域を良くしたい”との目標に向かって、地域住民がいつまでも笑って元気にぴんぴんころりの人生であるよう、日々精進していきたいと思っています。



いきいき長寿県民賞について

主催：福島県

目的

いきいき長寿県民賞は、いきいきと年齢を感じさせない生き方をしている高齢者及び積極的に社会参加活動を行っている高齢者団体の活動事例を広く県民に紹介することにより、高齢者の方々の社会参加をはじめとした生きがいと健康づくりを推進することを目的に実施しています。



募集対象

福島県内に居住する概ね65歳以上の個人又は対象年齢の方々に構成されている団体で、以下のように主体的に社会と関わりをもち、年齢を超えていきいきと充実した生き方をしている方々を対象としています。

- 過去に培った知識や経験を生かして、高齢期の生活で社会に還元し、活躍している方又は団体
- 中高年から一念発起して物事を成し遂げた方、又は高齢期を新しい価値観でいきいきと生活している方
- 自らの努力、修練等により、優れた体力・気力等を維持し、活躍している方
- 地域社会と積極的に関わりを持ち、社会参加活動等を実践している方又は団体
- 前各号のほか、この賞にふさわしいと認められる方又は団体

今年度(第26回)の応募・推薦状況

方 部 名	個 人	団 体	合 計
県 北	3	4	7
県 中	4	2	6
県 南	1	1	2
会 津	3	1	4
南会津	1	0	1
相 双	1	0	1
いわき	0	2	2
合 計	13	10	23