第28回

いきいき長寿県民賞

受賞者の横顔

～はつらつとして輝いているひと～

令和７年11月

福　　島　　県

社会福祉法人福島県社会福祉協議会

第28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４名・団体１団体**が受賞されました。

（個人・団体別に五十音順）

地域住民の“縁側”のような居場所をつくりたい

石塚（いしづか）　全代（まさよ）さん（81歳）　福島市

「地域住民の“縁側”のような居場所をつくりたい。」子育て世帯、ひとり親家庭、ヤングケアラー、老老介護、そして独居高齢者など、さまざまな「困難」や「さみしさ」を抱える人々が、心を休め、不安や悩みを打ち明けられる場所をつくりたいと願い78歳の時、朝カフェ（子ども食堂）「んだよねえ」を開設しました。

現在の活動は、毎週水・木・金曜日の午前６時30分から11時まで営業しています。「仕事に行く前の親子にも来てほしい」という思いで、早朝の開店にこだわりました。提供されるのは、手作りの温かい朝ごはん。旬の野菜を使った７～８品位のバランスの取れた家庭料理を提供しています。使用する材料は、自宅の庭で収穫されたものや、地元農家からの善意によって寄せられたものが多く、地域とのつながりも感じられる料理です。

朝カフェは、認知症の方やそのご家族、福祉関係者、地域住民が集う「オレンジカフェ」としての役割も担っており、交流や情報交換、相談の場として親しまれています。近年では、他の子ども食堂（NPO法人チームふくしま：コミュニティフリッジひまわり）を支援する活動も行っており、地域の高齢者とともにイベントの手伝いや物資提供などにも取り組んでいます。

80歳を超えた現在、地域に必要とされる居場所を自分の手で運営し、他の「子ども食堂」を支援するなど、支える側にまわった高齢者が生きがいや役割を担い、地域全体に希望とあたたかさを灯し続けていこうと思います。

清水地区高齢者の健康づくりのために

伊藤（いとう）　伍一（ごいち）さん（86歳）　福島市

会社を退いて２年後、福島市老人クラブ連合会の要請を受け、会計に就任して財政の立て直しを果たしました。活動しやすい中央地区老連にするためその再編に取り組み、現在の組織の基礎を作りました。

自身の実体験から健康の大切さを知り、高齢者の交流の場を提供したいと考え、平成21年４月、町内会長に選出されたのを機に、役員の承認を取り付けて、「高齢者を支える会」を立ち上げました。現在、週１回の高齢者サロンを開催しています。また、新聞販売店と連携し高齢者の在宅確認などを実施しています。清水地区老連会長を引き受けた平成23年からは、対象者を清水全域の高齢者に広げ、老人会加入者のみならず『参加自由』を標榜し、地域の仲間づくりと活動の場を広げています。

清水学習センター分館にて、「ももりん体操と楽しい仲間たち」を開催指導するほか、県内外の老人クラブにその活動を紹介しています。要望に応じ、各老人クラブに伺いリズム体操を交えながら、高齢者の健康増進のため、ニュースポーツ活動にも積極的に参加しています。これらの活動の結果、市高齢者スポーツ大会総合優勝、同大会スカットボールの部優勝等に繋がっています。

広報誌「ひがし会報」の編集を担い、市老連広報紙コンクールに於いては、最優秀賞を数年間連続して受賞しました。同紙がその活動内容を広く地域高齢者に周知できるよう努めています。また、老人クラブ連合会、町内会、地域包括支援センター等と連携を密にすることで、情報の提供や、活動の協力体制を構築することが出来ました。

卓球を通じて少年達の更生活動を継続

大藤（おおふじ）　務（つとむ）さん（82歳）　二本松市

私は、中学・高校と卓球部に所属し、社会人時代には会社を代表して各種大会に出場しました。その後も卓球と関わっていくなかで、日本を代表する選手を育成したいと思うようになりました。

平成４年３月に、私財を投じて二本松卓球研究所を設立、平成６年にはスポーツ少年団を組織し、30年以上、団長として現在も育成しています。

教え子の中には、ユニバーシアード日本代表女子団体日本初の金メダル・同大会女子ダブルス銅メダルを獲得した選手や、全日本卓球選手権ジュニアの部でベスト８に入賞した選手、インターハイ男子シングルスで３位に入賞した選手もおります。

- 昭和63年～現在　二本松市少年補導員として活動しています。
- 平成４年～平成７年　二本松市少年補導員会成田地区の方部長を務めました。
- 平成８年～平成15年　二本松市少年補導委員会副会長を務めました。
- 平成16年～平成27年　二本松市少年補導委員会会長を務めました。
- 平成23年１月～現在　少年鑑別所にて少年達の運動時間に卓球を教え、更生の一助になれるよう活動を継続しています。

故郷を思う愛郷精神に取り組んで

渡部（わたなべ）　雅俊（まさとし）さん（81歳）　南会津町

ふるさとを永く離れて来た恩返しとして「ふるさとは遠きにありて思うもの」ではなく「ふるさとは近きにありて創るもの」との愛郷精神で、これまでの知見を活かし、区の役員・そして新たに設立した「大地を育む会」の役員となったことが活動のきっかけです。

集落の少子高齢化・人口減少等で顕在化した課題に対して、各種支援・補助事業をタイムリー的に活用し持続可能な集落づくりのために、区長に就任すると、今後の集落の方向性と再生を図るため、平成26年３月に「なかあらい地域活性化（元気づくり）計画」を策定し、人材の育成を図りながら二か月毎に役員会を開催し、PDCA をしながら事業を展開しました。

限界集落となる前に、住民の総力で粘り強く、希望の持てる集落の将来を見据え、連携する大学生や NPO 法人等の多面的な視点と専門技術や知識を活用し、若者が定着出来る元気な集落づくりを推進しました。

平成31年４月に「なかあらい大地を育む会」の代表に就任しました（現職）。

「なかあらい大地を育む会」は住民総参加で、平成25年４月に設立して以来、国の多面的機能支払交付金制度を活用しながら、集落の住・農業環境に関わる様々な対策を、集落ぐるみで推進して来ました。

主なものとしては、農地の維持管理、農道・水路等の保全管理、有害鳥獣被害防止対策、遊休農地の利活用と景観対策としてのザル菊植栽事業、大学生・NPO との連携・交流、災害対策等があります。

様々な事業を実施するには、事業の目的や効果を住民に理解して貰い、協力を得ることが必要であるため、毎月区会報を発行し、情報の提供を図りました。

これまでの自主性や先進性などの多様な活動が高く評価され、「鳥獣対策優良活動表彰」「豊かなむらづくり顕彰事業表彰」で全国一位の農林水産大臣賞を受賞しました。

これまで集落が歩んで来た「時代・人・習わし・文化・命」を次世代に繋ぎたいとの考えから「時を紡いだ・中荒井郷土史」「なかあらい大地を育む会設立10周年記念誌」「中荒井長生会年史」「ラ・ラ中荒井盆踊りフェスタ運営会年史」の４部作を作成しました。

記憶を記録することにより、集落の歴史を次世代に残すことが出来ました。

高齢者サロンを通して、地域での支え合い

6区15区お茶飲みサロン　棚倉町

平成27年度、包括支援ネットワーク事業で２年間モデル地区として見守り活動等を実施したことをきっかけに、地域の関わりが大切だと感じました。当時、保健協力員だった小池さんが発起人となり、平成29年度から高齢者サロンを立ち上げ、地域住民の相互交流、高齢者の孤立防止につながっています。

サロン活動を始めてから９年目となりますが、ほぼ中止にすることなく、毎月第２金曜日に集まり、元気にいきいきと活動しています。参加者の最高年齢は94歳で、毎月18～20名が参加されます。活動内容は皆さんの『やってみたい！』に取り組むことがモットーで、様々なハンドメイド作品に挑戦しています。教えてくれる方もサロンに参加している方々で、事前の準備も含め、参加者全員が協力人となり、サロン活動を盛り上げています。介護予防運動や認知症予防に関すること、歯科や栄養の講話も実施し、フレイル予防や心身ともに健康に役立つ内容となっています。サロンをお休みしても、作品を届けながら安否確認、お互いを気遣うことで支え合いのネットワークが自然にできていきました。今後も、一人ひとりの存在を大切に、和気あいあいとした活動を目指し、楽しく継続していきたいです。

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で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

第28回いきいき長寿県民賞応募・推薦状況

方部名	個人	団体	合計
県北	7	3	10
県中	0	2	2
県南	2	1	3
会津	2	1	3
南会津	2	0	2
相双	1	0	1
いわき	0	1	1
合計	14	8	22