

「栗東100歳大学」の開校とその効果 ～高齢者にも働き方改革が求められている～

何をするのか、いくつかのグループに分かれて検討・実施計画を作成していただきます。
授業への出席率は85～95%とたいへん高く、元気高齢者の学習への意欲の高さがうかがえます。



栗東100歳大学で、グループワークを行う受講生たち

◎第3層のコーディネーターとして アドバイザーは適任

栗東100歳大学は、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けられるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築のツールとしてとても有効です。特に、同システムを構築するのに必要不可欠な「第3層のコーディネーター」(自治会のような小さな地域を考える第3層の人々)として、アドバイザーの存在は欠かせません。滋賀健生では、第3層コーディネーター(アドバイザー)とその実行者(卒業生)で、地域包括ケアシステムの構築を計画、実施予定です。

滋賀健生では、今後「滋賀県子育て支援員研修」を受講して、「家庭的保育者」の資格(終身資格)を取得し、保育や子育て分野にもかかわっていく予定です。栗東市の「元気創造まちづくり事業」に卒業生(2期生)が応募し、令和2年4月以降は、市の協力を得ながら「託児事業ばっけ」の展開を図ってまいります。

人生100年時代を迎え、高齢者も地域社会を支える一員として活躍することが求められています。そのためにも、全国各地で「100歳大学」が開校されることを期待しています。



滋賀県大津市
宮川 俊夫 (みやがわ としお)

【アドバイザー取得年】

平成18年、62歳で取得
(一社)滋賀県健康生きがいづくり協議会(滋賀健生)

【活動概要】

■活動の趣旨(目的)
栗東100歳大学の運営や「託児事業ばっけ」の事業展開を通じた社会活動参加

■活動領域

滋賀県内

■活動メンバー

滋賀健生

■活動の成り立ち(きっかけ)

平成15年から「有料老人ホーム設立・管理」の仕事を始め、介護認定された人とかかわってきたが、元気高齢者が多くいることに気づき、その人たちとも何かしたいかと思いい、方向転換した

■活動へのかかわり(役職・担当)

栗東100歳大学の運営および講師等

■行政・他機関との連携

事業受託者として栗東市の方向性・意向を十分話し合い、市の目指している方針に沿う活動をする。滋賀県、地元大学、県社協、市社協等とも連携を図っている

◎「栗東100歳大学」開校とその目的

日本は世界に類のない超高齢社会を迎えています。私は、元気な高齢者が地域や社会のために「もう一肌脱ぐ」という気持ちになってもらえれば、「一億総活躍社会の実現」が可能になると思っています。

栗東100歳大学は、そうしたアクティブ・シニアの育成を目指し、老いの生き方を学ぶための場所として栗東市福祉部長寿福祉課の協力のもと、開校しました。学ぶ期間は最低1年間で、毎週1回、年40回以上の学習機会があります。私は事業の運営および講師として活動をしていきますが、最初の3か月間は、日本の超高齢社会の現状を知り、自分たちにできることは何かを考え、地域社会のために役に立ちたいという気持ちを引き出せるように心がけています。

次の3か月間では、「何かをしたいけれど、何をしたらよいかかわからない」という方に対し、実際に活動している事業者の方々に講演をしてもらい、「私にもできる!」と思っただけのように導き、残り4か月間は、卒業したら

埼玉県川口市・行政との協働事業 「盛人大学」の企画と運営



埼玉県川口市

中尾 堯 (なかお たかし)

【アドバイザー取得年】

平成13年、54歳で取得
川口市健康生きがいづくりアドバイザー協議会(川口市健生)

【活動概要】

■活動の趣旨(目的)

少子高齢化が問題と指摘されたタイミングでアドバイザー資格を取得。高齢者対象の情報誌の編集に学習内容を活用。その後、地元川口市で協議会に参加し、行政との協働事業や自主ボランティアに取り組んでいる

■活動領域

公民館(サロン活動)、川口市内老人施設(健康講話)、川口市盛人大学(コース企画運営)など

■活動メンバー

川口市健生 会員42名(令和2年1月現在)

■活動の成り立ち(きっかけ)

川口市の保健衛生課(現在は保健総務課)と川口市民の健康寿命をどう延ばすかについて常に話し合いを行っている。その延長線上に「盛人大学」との連携が生まれた

■活動へのかかわり(役職・担当)

現在、川口市健生会長。会員数名が盛人大学の講師を務めている

■行政・他機関との連携

盛人大学は川口市協働推進課が主宰する事業であり、同課への協力という形を取っている

◎50歳はボランティア適齢期!

「日本一のボランティアのまち」を目指す川口市は平成12年、50歳からを第二の成人＝盛人と呼び、地域に目を向けてもらう方針を打ち出し、「盛人式」が実施されました。

盛人式はその後、3年ごとに開催されていますが、式へ参加した盛人から「この集いをカタチに残したい」という要望が寄せられ、盛人大学の開学となりました。当初、「社会・教養コース」だけでスタートしましたが、徐々にコースが増え、平成25年には川口市健生も参画して「健康生きがいづくりコース」を開設し、現在は9コース編成で運営されています。

盛人大学は入学式に始まり、12～13講座を経て卒業式に至るといったのが通常の学習システムですが、ねらいどおりに50歳代の参加を得ているとは言い難く、受講生の平均年齢は70歳前後です。しかし、開学から16年が経

過し、毎年350人前後が学ぶ、人気の学習機会となっています。

◎健康と生きがいを育てよう!

川口市は人口も増加傾向にあり、平均年齢も比較的若い市ではありますが、健康寿命は低い(埼玉県の統計による)といわれています。その問題を解決する手段の一つとして、健康や生きがいにに関する意識づくりが問われ、平成25年に「健康生きがいづくりコース」が誕生しました。

基本方針は、(一財)健康・生きがい開発財団の掲げる「健康3原則」に準拠し、食事、口腔衛生、趣味等について学びます。ボランティアや仏教などを基盤に生きがいについて研究する講座編成が好評で、毎年、定員いっぱいを受講生が学んでいます。



講座の最後は、受講生が話しあう時間になっている

◎高齢化の進展で ますます重要性を増す「学び」

人生100年時代といわれ、高齢化は進展の一途にあります。しかし、長寿(長命)の恩恵は受けているものの、その長い期間をどう生きるかについては悩み、方針を持っていない高齢者が多いのが実情です。

そんな「悩める高齢者」にとって、盛人大学の多彩なコース編成と学習機会は大いに有効であると確信します。元気に生活するためには「きょうよう」と「きょうい」が大切ですが、盛人大学は正にその2つを同時に満たしていくる機会といえます。令和2年度の「健康生きがいづくりコース」には「フレイル」について学ぶ講座も取り入れ、ココロとカラダ、その両面から高齢者を支える、そんな大学を目指して今後も企画運営をしていきます。