

多くの人が住み慣れた地域での安心で自立した生活を望んでいる中で、高齢者が自分らしい毎日を送るためには、早期から高齢者を支えるための地域医療や介護の連携はもちろん、就労や趣味などの地域づくりと生きがいの場が必要です。

※ 1 一般高齢者が対象  
※ 2 在宅介護者が対象

### 地域から生きがいを

近年、高齢者独居世帯と、高齢者夫婦のみ世帯の割合が増加してきており、身近に頼る人がいない高齢者の孤立や閉じこもりが進んでいます。

令和2年1月に実施された市の高齢者を対象としたアンケート調査の結果と、令和元年の県の調査結果を比較すると、地域とのつながりを「とても感じる」「少し感じる」人の割合<sup>※</sup>は県全体で68・4%であるのに対し、市では60・6%であり、県よりも低い水準となっています。また「この1か月、気分が沈んだり憂鬱な気持ちになったりすることがある」人の割合<sup>※</sup>も県全体で45・7%であるのに対し、市では53・0%と、県よりも高い割合となっていることから、一般高齢者、在宅要介護者の地域とのつながり、活力ある暮らしが課題となっています。

# セカンド・ライフ

「生きがい」のある毎日へ

令和4年7月時点で、市の人口に対して65歳以上の人の割合（高齢化率）は30.27%であり、超高齢社会に向けた変革期に立っています。未来に向けてはつらつとした毎日をごすための「生きがい」を一緒に考えてみませんか。

市高齢福祉課 ☎0994-31-1116



まつもと たけこ さん  
松元 武子 (73歳)



いわきり こうじ さん  
岩切 幸二 (73歳)



はまもと トシ子 さん  
濱元 トシ子 (82歳)



まつもと ひろのり さん  
松元 広徳 (66歳)

### 寺子屋を通して地域貢献

昔から子ども達に関わるのが大好きで、鹿屋寺子屋事業を通して子ども達から元気もらっています。勉強だけでなく、異なる年齢の人たちの中での人との関わり方も大事に育てていきたいです。これまでの経験を生かして地域に貢献したいと思います。

### 地域の輪を広げる活動を

川西町内会長として、防犯パトロールや小学生の田植え体験、4月からオープンした子ども食堂など、町内会活動を積極的にを行っています。子どもたちとの交流はもちろん、独居のシニアの人を対象とした交流の場をつくることで、地域の輪をさらに広げることが今後の目標です。

### 好きなことを続ける楽しみ

50歳頃に「何か趣味を持ちたい」と思い、油絵を始めて以降、約30年間に渡り続けています。継続しながら目標を持って取り組むことで、いきいきと毎日過ごしています。今は、ひ孫たちの絵をたくさん描くためにも長生きしなければと思います。

### 子ども達と練習する喜び

40歳から改めて本気で取り組み始めた陸上競技。現在は玩具店を経営しながら、小学生や中学生に陸上を教えています。とにかく子どもが大好きで、時には子ども達と張り合いながら、一緒に練習する時間が何よりも幸せです。