

すてきなロングライフをめざして

昨年11月26日にキックスでいきいきと暮らしている4人の市民をパネリストに迎え「いきいき幸齢者シンポジウム」を開催しました。

第一部の基調講演では大笑い福祉使・楽語家の交遊亭楽笑氏が「いつもこころに逢い・ラブ・遊」と題して手話を使いながら面白おかしく講演。

「ウォーキングもただ歩くだけでなく、まちかど安全、点検ウォークをやりましょう」。お年寄りに大事な「きょういく・きょうよう」は「教育・教養」ではなく「今日行くところ・今日の用事は」であることなど、爆笑の30分間でした。

第二部のパネルディスカッションでは、自然を汚さない竹炭のミネラル水を使った洗濯洗剤を開発し、販売に取り組んでいる中杉信三さん。

女性の生き方を考えるグループを29年前に立ち上



パネリスト4人に質問する楽笑さん

げ、男女共同参画をめざし、勉強してきたことを活かしている三浦佐江子さん。

退職後、京都の大学に社会人入学して6年で卒業。卒論に「楊枝の歴史」を取り上げ、地元の歴史を再認識し、学友とも交流を深め、ボランティアも楽しんでいく古後靖弘さん。

49歳で生活習慣病の改善のため、医師の勧めからジョギングを現在まで毎日続け、63歳からは健康のため、予防学を本格的に勉強、

フルマラソンも60回完走した古橋秀章さん。様々な分野で活躍している4人の話を聞くことができました。平均寿命が延び、高齢になつてからの人生が長くなり、老後の自由な時間をいかに充実して過ごそうか

と、自らの人生を積極的に捉える方が増えていきます。若い時には「時間がない、お金がない」などで我慢していたことが、知的探究心を満足させる生涯学習やスポーツ、音楽、絵画など趣味に没頭することが出来ま

す。また、忙しくて参加できなかった地域や自治会の行事に関わり、「ごんには、ありがたい」と声をかけられ、ボランティアの楽しさを発見、生きがいになったりします。今後、高齢化が進む本市において、高齢者の健康保持や社会参加の促進、生きがいに関する施策の充実など、様々な取り組みを行います。(いきいき高齢課)

高齢者の活力が「まちの活力」



市長 芝田 啓治

新年明けましておめでとうございます。謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

わが国が直面している人口減少と高齢化の流れは、着実かつ急速に進展しております。

その動向は、本市の昨年10月末時点の高齢化率が29・5%となり、大阪府内で最も顕著となっております。

しかしながら、高齢期は、生きがいを持って豊かに過ごしていただくべき人生の黄金期と言われるています。

年齢を重ねることで、知識や経験が蓄積されるとともに、人脈も豊かになり、時間的な自由度も比較的高まることから、本市では、高齢者の皆様

が、その黄金期において、いつまでも健康で心豊かに暮らしていただけるよう、本年も「くろまる熟」や「健康アップチャレンジ事業」等、様々な事業

を展開し、活力ある健康長寿社会の構築に取り組みまいります。

また、高齢者の皆様が、より一層地域を支える担い手として活躍いただけるよう、市では「みんなで一緒につくるまち」を合言葉に、活力あふれる輝くまちを目指して、まちづくりを進めてまいりますので、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、新年が喜びの多い年となりますよう祈念申し上げます、ご挨拶と致します。