



いざ 地域の輪へ

女性は友を作り、旅行や食べ歩き、その他の色々楽しんでいるのに、高齢男性はバラバラです。旅やカラオケの仲間が欲しい。
堺市・岡田建記さん(72)

「月曜日は畑作業の日」。横浜市南区の六ツ川地区では連合自治会や連合老人会などが「野外サロン」の活動に取り組んでいる。公園近くの畑ではダイコン、ネギ、カリフラワーなどを栽培している。

12月の午後、12人がボランティアの間引きやベンチのペニキ塗りに取りかかった。作業が一段落すると、隣のベンチでお茶会が始まった。

「野菜が育つのが楽しみだし、みなさんとのコミュニケーションが勉強になる。ここでは手も体も頭も使う」と松原明さん(78)。現役時代は自動車部品の販売に携わり、仕事が多忙で地域との接触は少なかった。リタイア後に誘い

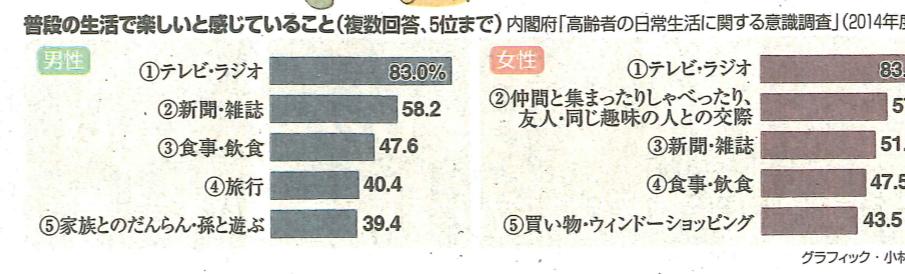
「野外サロン」

畠作業のちお茶会

地域活性化の一助

「墓友」

3 終活自然に語れる



2年ほど前に91歳で亡くなった私の父は、車いすの生活になってしまったから老人クラブの仲間が誘って来ててくれています。初心者向けマージャン教室の方々です。人生後半に

地域で集まる場を持つてることで、生活の質は大きく違ってくると思います。

老人クラブはおおむね60歳以上が対象の、歩いて集まれる地域を範囲とした集まりで

す。全国に約11万のクラブがあり、活動内容も運営の仕方もそれぞれ。最近は趣味のサークルに分かれて週1、2回活動し、年に3、4回クラブ全体会で集まりをもつところが

多いようです。身近なクラブを知りたい時は市町村ごとの連合会か、役所の高齢者担当課に尋ねるといいでしょう。町内会や自治会も把握していると思います。

老人クラブでも、女性は初対面ですぐに会話が始まることに、男性はモノが必要だと聞きます。モノとは人と人を媒介するもの。囲碁や将棋、健康マージャンも人気があります。

全国老人クラブ連合会総務部長 谷野香さん

谷野香さん



やの・かおり 1959年生まれ。全国老人クラブ連合会の事務局に36年勤める。月刊「全農連」の編集を担当。

す。グラウンドゴルフも盛んです。健康づくりや介護予防も、独りりのみんなでやる方が続けやすいです。

住民相互の支え合いに取り組むクラブもあります。電灯の交換や粗大ごみの搬出などの活動です。こうした作業は男性の方が得意ですね。家においては始まりない。一歩外出すれば、いろんなことがあります。

千葉県柏市の団地の中心にある「ひ縁カフェまつばれ」は、商店街の空き店舗を活用した「ミニユーティーカフェ」だ。NPO法人チームまつばれのメンバーらが約2年前、手作りで開いた。

元会社員や自営業者らが日々のメンバーラーが約2年前、手作りで開いた。

介さん(77)と前連合自治会長

の東梅良成さん(78)による

、「お互いに見守り合おう

が出てきて、自治会の役員に

めをしていく頃は地域とのつ

を開いている。

ながりはほぼゼロだった。「現役時代の仲間とのゴルフや飲み会も減っていくのが決まったパターン。最終的に残るのは地域だけ。そこどうかかわっていくか」。市民大学の講座を受けるなどして、地域活性化の計画に出で、かかわっていかれた。元会社員や自営業者らが日々のメンバーラーが約2年前、手作りで開いた。

介さん(77)と前連合自治会長

の東梅良成さん(78)による

、「お互いに見守り合おう

が出てきて、自治会の役員に

めをしていく頃は地域とのつ

を開いている。

同じ墓地に入る人同士が仲良くなる「墓友」というつながりもある。代々受け継ぐ家の墓ではなく、自分で永代供養墓などを選ぶ人が広がり、つながる機会も増えてきた。

東京と大阪で樹木葬墓地「桜葬」を運営するNPO法人エンディングセンターは終身保証制度を導入。会員同士で俳句やヨガを楽しむ会も生まれた。書道に親しむ会は月1回写経をし、まとまると鎌倉の寺に納めに行く。「この年になって心が通じ合える友達が増えた。毎日が楽しい」と80代の女性。「同じ墓を選んだ同じ価値観を持つ仲間だ」という安心感がある。それでの家族や経験に立ち入らない「個人と個人のそぎ落とされたつきあい」死後について自然に語れるのも墓友ならではだ。(佐藤美千秋)

「Fujiko-Pro」
静岡県沼津市
は、巨大な海底の谷になつてゐるんだ。海にすると、すぐくなるから、昔から深海魚をついていたんだね。