

EVENT REPORT

セカンドライフデザイン 応援セミナー 第3回

これからの「時間」をどう使う？

2024.2.17(土) 10:00~12:00

@大野東市民センター



人生100年時代、心豊かな暮らしを送ることができるよう、セカンドライフを「デザイン」するセミナー(全3回)を開催しています。

最終回となる第3回のテーマは「時間」。テーマにまつわる「働く」、「生きがい・楽しみ」、「地域で活動する」という3つのポイントから、3人のゲストスピーカーの方にそれぞれの取組の様子や思いをお話いただき、20人(スタッフ含む)が学び合いました。

Point 1 : 働く

ゲストスピーカー：もみじケア株式会社 代表取締役 吉村隆裕 さん



【もみじケアはこんな会社】 今年で創業20周年、廿日市の駅前商店街に本社があります。在宅でいつまでも元気に暮らしていただくためのサービスや施設を整えています。職員は全部で128人。女性が多い職場です。何より、60~80歳代までの方が現役のヘルパーとして活躍されています。

【介護の仕事の問題】 何と言っても人材不足。昨年からは学校運営も始め、資格がない方にも来てもらい、育てて地域で活躍してもらう取組もしています。また、職員の対象年齢を拡大しています。今、最高齢の職員は昭和18年生まれの80歳。大活躍です。高年齢であることは決してマイナスにはなりません。利用者と同年代や年下の場合もあり、体の痛みや食事の味など話が合い、年齢ならではの寄り添い方ができるということで、強力な戦力です。

【「働く」ということ】 職員にインタビューしてみると、「人の役に立つ、社会とつながっていることを実感できるのは、働いているからこそだ」と言っていました。働くことを通して、自分の欲求や満足度を高めることができているようです。こうした力が、地域の生活を支える原動力になっていると思います。使命感をもって仕事をしていきたいです。

Point 2 : 生きがい・楽しみ

ゲストスピーカー：大野東市民センター登録クラブ 遊筆会 岩田美紀 さん

【クラブ活動の様子】 遊筆会は、以前大野市民センター(現まるくる)で活動していましたが、建替時に大野東市民センターで活動したことがきっかけで、そのまま続け、5年目になります。会員は15人。市民センターの工作室で活動しています。手も動かしながら、口もよく動き、賑やかでアットホームな雰囲気、会員もクラブに来ていろんな人と話をするのが楽しいと言っています。見学に来られた方も楽しそうだと感じられるようです。

【「遊ぶ書」です】 今、ユニークな講師の先生で、「書」は書くだけでなく、と木の表札を作ったり、仏画に好きな「書」を書き入れたりなど、さまざまな作品を制作しています。

【継続は力なり】 ある先生からの声かけがきっかけで15年続けていますが年齢関係なくチャレンジすることは必要だと思っています。「継続は力」という言葉をその先生が贈ってくださいました。また、私の好きな言葉は「前後断」。過去をよくよく引きずっても何も変わらず、未来を憂いても取り越し苦労になる。今私にできることを精一杯やって、残された日々を有意義に過ごしていこうと思っています。



Point 3 : 地域で活動する

ゲストスピーカー：はつかいちこども食堂 TOMO 小田恵子 さん



【こども食堂って?】 こども食堂は、2012年に東京都大田区の八百屋さんが、地域サロンの一部として始められたものが最初とされています。こどもだけでも来られる、という意味を含めて名付けられたそうです。

【始めたきっかけ】 10年くらい前にテレビで見たのが最初で、みんなが集まってご飯を食べている風景がとてもすてきだったので、単純に「いつかやってみたいな」と思いました。自分の子どもが中学生になったとき、学校の先生から、1人でご飯を食べているこどもが多いと聞いて、また思いが強くなり、友だちに話をしてやってみることにしました。当時はコロナ真っ只中だったので、お弁当をつくる活動から始めました。

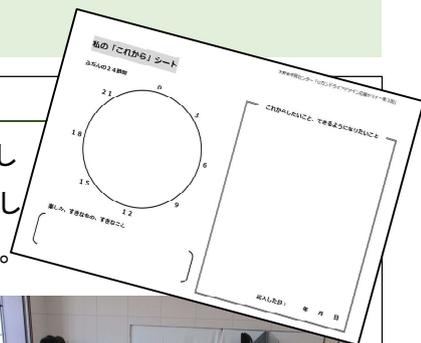
【最近の様子】 赤ちゃんを連れてお母さんから、おじいちゃんまで来てくださり、先日は120食提供しました。本当はゆっくり過ごしてもらいたいのですが、時間も取れず席もない、という感じで、最初に思い描いていた様子になっていないのが最近の悩み…。でも、スタッフはご飯を作っている最中、こどもの話や日頃のおかずのこと、ドラマの話などで盛り上がっていて、その時間を楽しんでくれているようで、とてもありがたいです。

【これからのこども食堂 TOMO】 今はこどもとお母さんが中心ですが、地域の一人暮らしの方にもふらっと来てもらえるような雰囲気になるといいなと。また、地域でつながりを持ちたいと思って始めたので、地域のおばちゃんとして、こども食堂以外で出会ったときにも声が掛け合える関係ができていくといいなと思ってやっている所です。

お話を聞いた後、後半の時間は、参加者自身の毎日の時間や好きなことを振り返り、これからやってみたいと思うことをワークシートに記入してみました。

ワーク：私の「これから」を考えてみよう

ワークシート「私の『これから』シート」に、参加者それぞれの「ふだんの24時間」、「楽しみ、好きなもの、好きなこと」を書き込んでこれまでの自分を振り返り、さらに「これからしたいこと、できるようになりたいこと」に思いを巡らせ、自分と向き合う時間となりました。

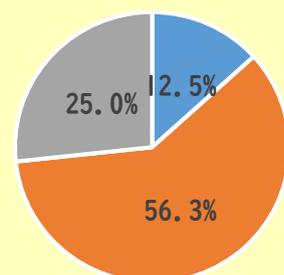


～ 参加者の「今日の感想」から ～

※一部を紹介します

- できるだけ世間に関わりを持ち、雇っていただける間は仕事をしようと思いました。
- 全3回すべてのセミナーに参加させていただきました。今後の生活を送るうえでとても参考になりました。
- 皆さんいろいろ活動されていて刺激になりました。自分の家のことで一杯一杯なので、参加できそうもないですが、楽しかったです。
- 残りの人生をどう生きるか。過去を悔いても仕方ない。明るく前向きに生きていきたいと思います。
- 興味のあることであれば、時間も生み出せるし、長続きすることを実感しました。
- 「何をしたい?」と自分に問いかける日々ですが、「何でもよいからやってみる!」を当面すればよいかな…とぼんやり考えています。
- ものすごく楽しい時間でした。いろいろな方のお話を伺って、みんな同じ考えを持っているなどと思いました。

参加者の年代



■ 回答なし ■ 60代 ■ 70代