

さまざまな分野で活躍されている

「キックオフ」



しんいちに かずひろ  
新谷 一廣さん

## 熟年大学ボランティア同好会 (西条町)

### 退職後のボランティア活動を『きっかけ』に 広がった新たな世界

#### Q 定年退職してみて感じたこと。

67歳で退職。「退職後は家に籠こもってしまうのではいかん!」と焦りを感じている時に、熟年大学に出会い、「水墨画」「ガーデニング」「パソコン」等を受講。

#### Q ボランティア活動しようと思ったきっかけは?

3年前に熟年大学の知人から熟年大学ボランティア同好会に誘ってもらった事が『きっかけ』。それから、地区社協や老人会の手伝いなど、地域活動にも積極的に参加。色々な所へ首を突っ込み、精力的に活動中です!!

#### Q 活動中のエピソード。活動を通して学んだ事。

たくさんのお会い、発見、感動がありました。特に、次世代を担う若い学生ボランティアさんの「真剣さ」「頑張りぶり」を目にすると、とても嬉しくなります。

また、同好会で参加している西条特別支援学校の文化祭では、重度の身体障害の生徒・保護者・先生方が一致団結する姿に感動。地元に居りながら知らなかった新しい世界を目にし、学ぶ事ばかりです。(何事にも愛情と努力と感謝)

#### Q シニア世代の方にひとこと。

私も最初は不安でしたが、誘われるままにボランティアに参加して良かったです。やはり『きっかけ』は大事。人に勧められた時に、素直に行ってみる事も必要。会社人間だった人(特に男性)は、自分も含めて指示系統の下で動いてきました。

でも、ボランティアはみんな同列。みんなで話し合い、決定して活動する。これが大切。これからは、私自身が誰かの『きっかけ』になれるよう、いろんな人に声掛けをし、一人でも多く参加したいと思います。心身健康であることに感謝しています。



なご たかし  
長尾 隆司さん

## 地域の防災活動リーダー養成講座受講者 (高屋町)

### 熱中できるものを持って第二の人生でお洒落に輝く!!

#### Q 定年退職してみて感じたこと。

63歳で退職。定年前から第二の人生の構想を練り“ワクワク”していました。退職後は、「男の料理教室」「ふるさと探訪同好会」「今から始める地域デビュー講座」などを立ち上げ、現在は、「仙石庭園ボランティアガイド」も立上準備中。現役の時より忙しい毎日ですが、とても充実しています。

#### Q 災害ボランティア養成講座を受講しようと思ったきっかけは?

幼い頃、災害で母親を亡くした経験もあり防災への関心は強く、また、地域での防災意識の向上、地域での自主防災組織の立上げにつなげたいという思いから受講しました。

#### Q 講座を受講して取り組んだ事。学んだ事。

講座受講後は、地域の防災リーダーとして、講座での学びを伝えるための勉強会を開催しました。現在は、住民自治協議会で「全地区自主防災組織の立上」を目標に、災害に強い地域づくりを目指し活動中。講座で学んだHUG(避難所運営ゲーム)も地域でやる予定です。

#### Q シニア世代の方にひとこと。

「人生“心”豊に生きる」「有言実行」この言葉を大切に、第二の人生満喫中! 現役時代には無縁だった世界に飛び込んだ事で、仲間や友人も増え、困った時に頼れる人が増えました。忙しいけれど充実感がある。それが今の私です。

自分の個性や才能を活かして、これからはシニア層が日本をリードしていく時代です。何でも良いので熱中できるものを持って、できる限りお洒落して、第二の人生で輝いてください!!



なご きよくりゆう  
琵琶芸名 長尾 旭隆



主かして  
世代の皆さん!  
があふれています!



◎お問い合わせは、お近くの社協本所・各支所へ。

## コミュニケーション麻雀サポーター (西条町)



ふくむら まきこ  
福村 眞喜子さん

### 出会いから広がる地域の絆

～さまざまな活動を通じて  
新たな楽しみの発見～



#### Q シニア世代になって感じたこと。

今まで近隣の人も接点がなく地域について知らないことが多かったです。地域の行事などに夫に後押しされ出かけるようになり、地域とのコミュニケーションも段々と広がってきました。

今後も多くの方との出会いを楽しみに地元との絆を確かなものできるように努力していきたいです。

#### Q コミュニケーション麻雀サポーターとして活動しようと思ったきっかけは？

麻雀についてルールや遊び方について全く知りませんでしたが、案内の「麻雀をしたことがない人大歓迎」の言葉で参加し、すぐにルールが呑み込んで楽しくすることができました。それぞれの真剣な顔、出会った人との会話、その感動を多くの人たちにも楽しんでもらい笑いの多い広場ができればいいなと思います。

#### Q 活動中のエピソード。活動を通して学んだこと。

グループ内でそれぞれ作戦を立てたり、会話をしたりするので、一回終わるとはじめての人でも面識ができて仲良くすることができ、コミュニケーションに良いと感じました。

活動中はつい一生懸命になり表現もオーバーになるので、お互いのチームの表情が楽しく、新発見がありました。



#### Q シニア世代の方にひとこと。

子どもたちが独立して夫婦二人の生活になるので他人と会話する機会が減り、地域とのつながりが少なくなってしまう。

地域の行事に勇気を出して参加し、同世代の輪をつくり、その輪を広げ地域デビューしましょう！今まで積み重ねてこられた経験や知識、知恵を地域に還元し楽しい老後を送ってほしいです。

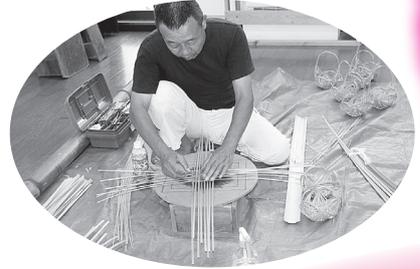
## 竹細工作り名人 (安芸津町)



みずの てつろう  
水野 哲朗さん

### ボランティアでつながる人の輪

～竹細工の活動を通して～



#### Q 定年退職してみて感じたこと。

教職員という重圧から解放されて、自分の事が出来る時間ができると感じました。

#### Q 竹細工に夢中になったきっかけは？

知り合いに誘われて、安芸津町で開催していた工芸クラブに行ったのが最初。

そして、竹原市の竹工芸教室(30日コース)に参加し、竹細工の楽しさを知り、のめりこんでいきました。

#### Q 活動中のエピソード。活動を通して学んだ事。

いろんな人と付き合いができる、いろんな年代との関わりが出来る、交流が深まると感じています。同じ時間を共有できる人との出会いが嬉しいです。

次第に人の輪が広がり、今では中学校の技術家庭科で授業をし、竹細工に取り組んでいます。

ボランティアで祭りの“お楽しみ抽選の景品作り”もしています。竹細工が当たって喜んでる人を見るとこちらも嬉しくなります。活動を通して、新たな喜びを教えてくださいました。



#### Q シニア世代の方にひとこと。

「年をとってすることは自分の好きなこと」がおススメです。

自分の好きなことならできる、年をとっても上達できる。

年だからと諦めず、お互いに挑戦し続けていきましょう！

あなたのキャリアを新しいステージで！！

これまでの経験や知識を  
新しいステージで輝くシニア世代  
地域には人生を楽しくするきっかけ

