ふれあい長寿津

平成3(1991)年、超高齢社会を見据えて、県主催の「みえ長寿社会大学」が開講しました。5年後には、卒業生が中心となって「三重県長寿社会推進協力員連絡協議会」を設立。その後、同大学の閉講にともない、同協議会も解散しましたが、津支部の有志が任意団体「みえ長寿推進協力員津連絡会」を発足。現在は「ふれあい長寿津」と名称を変え、地域貢献活動などを実施しています。

瀧 薫さん

お問い合わせ

「ふれあい長寿津」事務局
TEL 080-2638-4634
(山本 悦男さん)

残暑続くころ、集まってくれたのは、代表の瀧薫さん、副代表で事務局長の山本 悦男さん、健康づくり担当の平田 あい子さん、会計担当の千代世正人さんの4人。終始、和やかな雰囲気の中、主にお話を伺ったのは、瀧さんと山本さんです。

――まずは「ふれあい長寿津」設立までの経緯について教えてください。

瀧…私は三重県が主催した「みえ長寿社会大学」の卒業生です。リタイア後に「わしも族」(定年後のシニア男性に多く見られる行動タイプ)になりかけていたのですが、受講したおかげで多くの仲間ができました。仲間たちと「三重県長寿社会推進協力員連絡協議会」を設立しましたが、大学が閉講すると、協議会も解散してしまいました。そこで、「みえ長寿推進協力員津連絡会」を発足し、任意団体として活動を始めたのです。

山本…この連絡会が、平成29(2017)年に「ふれあい長寿津」に名称変更して現在に至りますが、その間に独自で「ふれあいカレッジ」を開講し、今期で第15期となります。修了生の多くは仲間として活動に関わってくれて、現在の会員数は204名です。

――「ふれあいカレッジ」の内容は充実しているようですね。

山本…今年の場合は、5月から10月までの16日間で、20科目以上のカリキュラムを用意しました。例えば座学では、津市長の「特別講話」に始まり、「異常気象が起こる理由が分かると人生絶対得します」「特殊詐欺など消費者トラブル対処法」など、それぞれの分野の専門家を講師に招いて、実践的に学べるように工夫しています。実習や体験も揃えていて、「救命講習(心肺蘇生とAED実習)」などがあります。

――ほかにも「グラウンドゴルフ体験」やハイキングなども行っていて、会員同士の交流が盛んですね。

平田…私は「ふれあいカレッジ」第9期の修了生で、現在は健康づくり担当として、グラウンドゴルフやハイキングなどの企画・運営を行っています。ハイキングに関しては、季節感を大切にしています。毎回30人から40人程度の会員が参加しますが、今年2月の「津の歴史探訪(榊原温泉歴史巡り)」には約60人も参加してくれました。

千代世 正人さん

平田 あい子さん

山本 悦男さん

――地域貢献活動にも積極的に取り組んでいると伺いました。

山本…色々な活動を行っていますが、例えば、市内の津偕楽公園、高田本山専修寺に関しては独自で、阿漕浦海岸、お城公園、町屋海岸に関しては、ほかの団体に協力して清掃する「クリーン作戦」を定期的に行っています。また、市内の小学校や福祉施設に手作りのお手玉を寄贈する活動も継続しています。

瀧…お手玉作りに関しては、井村屋グループ株式会社さんから、規格外の小豆の活用法について相談を受けたことから始めました。昨年も皆で作ったお手玉1500個を寄贈しました。

――子どもたちの喜ぶ顔が目に浮かぶようです。

千代世…三重県視覚障害者協会および三重県視覚障害者支援センターによる「グラウンドゴルフ教室と大会」の場合は、ボランティアスタッフを派遣して、プレーヤーにボールの位置やゴールまでの距離・方向を伝えるなどの補助を行っています。また、「三重県障がい者スポーツ大会ボウリング」に関しても運営スタッフとして協力しています。

――皆さんが、社会福祉事業優良団体として、毎年のように表彰されている理由がわかりました。

瀧…私たち高齢者は、社会的弱者と思われがちですが、多くの人は健康でイキイキと充実した生活を送りたいと思っています。「ふれあい長寿津」が取り組んでいるのは、〝健康長寿社会と明るいまちづくり〟です。

山本…第16期の「ふれあいカレッジ」の募集期間は、来年2月1日(日)から4月15日(水)の予定です。津市在住の〝おおむね55歳から75歳〟までの方が対象で、受講料は5000円です。ご応募お待ちしています。

瀧…最後に、「ふれあい長寿津」のシンボルフレーズをご紹介します。

心はひとつ(生涯いきいき仲間とともに)
会はひとつ(全員野球活動でふれあいと地域貢献を)
目標はひとつ(人生100年時代、健康でいきいきライフを)
を共有し、一つの環になりましょう。

――ありがとうございました。

インタビュー…中村 真由美

「ふれあいカレッジ」座学風景※

ハイキングの様子※

津市教育委員会によるお手玉授与式※

「グラウンドゴルフ教室と大会」※

※印の写真は取材先から提供していただきました