

生涯学習 だより

「さわやか学級」、 そこにはなんと94歳になった今も 学び続ける元気なおばあちゃんが、 串間でのいきいきライフを楽しんでいます!!

9月10日に、ヨーガインストラクターの蒲生奈保子先生による「ヨーガ・セラピー」が行われ、元気に活動している、94歳の深江幸子さんにインタビューしました。

「さわやか学級」とは？
おおむね60歳以上の方を対象に、自分自身が心身ともに健康で、積極的に「いきいき人生」を送るための講座です。市内の7地区（中央・福島・北方・大東・本城・市木・都井）で約200名の学級生が、元気に笑顔で楽しく学んでいます。

交通安全講話や健康料理教室、軽スポーツ、ものづくり体験など、年6回の講座に加え、年に1回、市外へ出かける移動研修を行っています（※今年には新型コロナウイルス感染症感染拡大防止には十分に留意しながら取り組んでいます。なお移動研修は中止となります）。



- Q** 「さわやか学級」を始めたきっかけは何ですか？
友人に誘われたことがきっかけで、もう10年以上続けています。最初は遊びに行くような軽い気持ちから始めました。現在は、近所の友人と一緒に連れてきてくれることで続けられています。
- A** 毎日ぐっすり眠れて健康なので、高齢者健診に行くこと医師に褒められます。とにかく人の中に居るのが一番大事と思って、通っています。家の中にいると分からないこともここに通うことで、外に出る機会も増えて情報交換ができています。
- Q** 通い続けてどのような効果がありましたか？
毎日ぐっすり眠れて健康なので、高齢者健診に行くこと医師に褒められます。とにかく人の中に居るのが一番大事と思って、通っています。家の中にいると分からないこともここに通うことで、外に出る機会も増えて情報交換ができています。



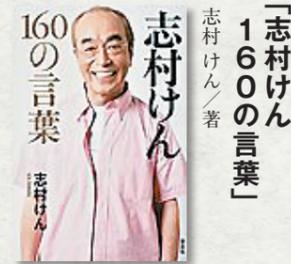
※写真撮影のためマスクははずしていません



恥ずかしいのは最初の一回だけで、来ればすぐ慣れると思います。私もみんなについていけるかなと思いつつ自分のペースで頑張っています。みんなで一緒に頑張りましょう。

ふかえ ゆきこ
福島・上町地区に在住の 深江 幸子さん

問 生涯学習課 生涯学習係 ☎ 55-1161



10月31日(土)図書館で「プロハロウィン」イベントを行います。この日、本を借りた利用者の方には、お菓子をプレゼントします。また、魔女に変身した職員がカウンターで貸し出しを行います。ぜひ遊びにきてください。

「まず、好きなことを見つけよう。見つかったらそれを一生懸命続けるんだ」時代に愛された男・志村けんが残した言葉を紡いで、その足跡をたどる。「生きる知恵」が詰まった一冊。加藤菜による特別寄稿、秘蔵写真も掲載。

本の間から、亡き妻宛てに30年前に届いたハガキを見つけた康平。そこに描かれていたのは、海岸線と灯台のように見える線画。妻の過去を知るために、康平は灯台を巡る旅に出る…。『北日本新聞』ほか掲載を単行本化。

告知

10月27日～11月9日は秋の読書週間です。毎年この時期、市内の小学生におすすめの本を紹介してもらい、その本を図書館に展示します。今年は特別に市長、副市長、教育長、小中学校の校長先生にもお願いしました。ぜひ本を借りる時の参考にしてください。



みんなが主役

ふるさと串間のために



串間市大字西方5721-1(旧NSA) TEL・FAX 72-5123

開館日 平日午前9時～午後6時

メール kushima.panerp@gmail.com HP https://panerp.jp

コロナ禍の中の人と地域づくり

4月7日に緊急事態宣言が発せられてはや6カ月が経ちました。これを受けて、串間市でも不要不急の外出自粛や県境を越えての移動を慎重に行うなど、普段の何気ない行動ですら容易には行うことができず、3密を避ける新しい生活様式へと移行していきました。

それに伴い、串間市三大祭りである「福島港花火大会」「都井岬火まつり」「串間市民秋まつり」も今年度は残念ながら中止の決定がされています。これらの祭りは、文化・伝統の継承という側面と、地域間・多世代の交流の場、まちづくり、コミュニティづくりという側面も持ち合わせていると思います。世の中の伝統的な行事が中止になると、特にそれを励みとしていた人にとってはつらいことではないでしょうか。

この祭りやイベントは、神事および自然・生活と結びついていて、しかもその土地で生きていくための生業の中から生まれているものも多く、過疎化が進む地域においては、今も大切に受け継がれ、「地域づくり」の基盤の一部となっていると実感しました。

さて、9月には、過去最強クラスの台風10号(ハイシェン)が九州地方を襲いました。普段は避難したくない方々も、早めの告知により市内各所に開設された避難所へ避難されたと思います。災害時には、地域におけるコミュニティ力がいつも以上に必要とされ、日ごろの地域交流が密であればあるほど効果が発揮されます。

近隣の方と共に台風準備した事前対策や、避難所での助け合い・励まし合いなどはじめとして「共助」の形はさまざまですが、この様な「共助」の取り組みを進めていくためには、地域の担い手の育成が重要です。さらに地元だけではなく、地縁的なつながりのある地域間のコミュニティの活性化を図り、協力し合うことも今後の地域づくりでは大切なことではないでしょうか。

