

かだる

ka da ru

※「かだる」という言葉は、岩手県の方言で「参加する」、「集う」、「加わる」などを意味します。

輝くシニア

主婦の知恵を生かし創作 県発明くふう展奨励賞

高橋 郁子さん（盛岡市）82歳

「身近にあるものを材料に実用品を作るのが楽しい」と話す、盛岡市に住む高橋郁さんは、高さを自由に変えられる「三重にできる枕」を考案しました。「テレビ番組で、肩こりの解消について解説を聞いていて“これだ！”とひらめいた」ことがきっかけで創作。作品は、第49回県発明くふう展（主催：県発明協会など）で奨励賞に選ばれました。

高橋さんの考案した枕は、折り畳んだり広げたりすることで高さを調整できます。「テレビで解説していたのは、仰向けに寝るときは低い枕、横向きで寝るときは高さがあったほうがいいと解説していた。それじゃあ、ひとつの枕でそれをできるようにしよう」というのがこの作品を作ったきっかけ。材料は身近にある生地やいぐさ、小豆を使用。使い心地をよくするため、場所によって分量を調整しています。県発明くふう展は、企業からの出品、受賞も多い中、高橋さんは主婦の立場から、身近にある材料で作品を作り、賞に選ばれました。

高橋さんが初めて応募したのは30年前。きっかけは、ご主人が出張先で枕が変わるとよく眠れない、ということでした。そこで考



暮らしの中からヒントを得て実用品を作る高橋郁子さん

＊三重にできる枕と二段取っ手の杖（中央）、1枚で10種類のデザインに変化する座布団（写真右）

案したのが、枕の両端にある4本のひもの締め具合で高さや硬さを調整できる「安眠枕」。この作品は奨励賞に選ばれ、それから30年間、毎年のように応募してきました。

ご自宅には今までの作品が勢ぞろい。「二段取っ手の杖」は、状況に応じて上段か下段どちらかの取っ手を利用。そのほか、馴染みのお客さんが毎日来ても飽きないようと工夫された「1枚で10種類のデザインに変化する座布団」など。

「アイデアはまだまだまだたくさんある」と語る高橋さん。発明のヒントは「身近に何気なく感じたこと、こんなのがあったら便利だろうなと思うことがふと思いつく。そして取り掛かると夢中になるから楽しい」と話しています。

「来年、県発明くふう展は50回を迎える。まだ特賞を受賞していないので、節目の年に特賞に選ばれたい」と語る高橋さんは、今後の創作活動に更なる意欲を示しています。

一関市、大船渡市で「シニアわくわくサロン」開催

お茶でも飲みながら高齢者の生きがいについて学んでみませんか？

高齢化が進展する中、定年退職などを機に、これから新たに社会参加をして活躍の場を得たい、仲間づくりをしたいと考えている高齢者が増えています。このような状況を踏まえ、特定非営利活動法人 いわての保健福祉支援研究会では、地域の高齢者が社会参加に踏み出せるよう応援するため、「元気な高齢者社会参加支援モデル事業」（共催：一関市シニア活動プラザ、特定非営利活動法人 夢ネット大船渡、県高齢者社会貢献活動サポートセンター）を実施しています。

今年度は、一関市と大船渡市の両地域の高齢者に参加を呼びかけ、「シニアわくわくサロン」を開催しています（一関市では10月、大船渡市では11月から開催）。サロンでは、コーディネーター役を務める岩手県立大学・倉原宗孝教授の指導・助言のもとに、生きがいづくりや地域づくりについて学び、楽しみながら参加者同士の話し合いを重ねています。来年2月まで開催を予定しており、サロンのほかに、著名な県外講師を迎えての講演会、県内で先駆的に社会活動に取り組んでいる団体等との現地交流会も予定しています。



一関会場の様子（10月30日）

サロン第1回目は、一関市は19名、大船渡市は11名の参加がありました。参加者からは「意見・考え方が様々で勉強になった」「県内で活動している団体情報が参考になる」「いろいろなアイデアが出て刺激になった」「やる気のある人で集まると話が進むと感じた」「今回集まった全員で、何か（団体など）を立ち上げたい」など、前向きな感想が寄せられ、今後の展開が期待されます。

＊なお、このサロン活動については、随時申込みを受け付けています。申込みは、高齢者社会貢献活動サポートセンター（電話019-606-1774）まで。

今後の事業予定

実施地域	一関地域	大船渡地域
実施主体	NPO 法人いわての保健福祉支援研究会	
共催機関・団体	一関市シニア活動プラザ 高齢者社会貢献活動サポートセンター	NPO 法人夢ネット大船渡 高齢者社会貢献活動サポートセンター
事業計画	12月 講演会（10日）	講演会（11日）
	1～2月 わくわくサロン 講演会 現地交流会	わくわくサロン 講演会 現地交流会



大船渡会場の様子（11月13日）

お元気シニアボイス 「出会いに恵まれた地域活動」 花巻市 鎌田勇さん（69歳）

私は、かれこれ40年近く地域活動に携わっています。歳を重ねるとともに相応の地域活動に参加し、いろいろな方々と語り合い、酒を酌み交わしては唄い踊り、気がつけば古稀を迎えています。地域活動を通じて「いい時期に、いい人に出会った」ことは、私の大切な財産でもあります。

若かりし頃は子供たちの成長を喜び、やがては地域社会の営みに参加し、地域コミュニティに参画することで自分自身の立ち位置を自覚し、適度な責任と使命感に支

えられてきた足跡を楽しく振り返っております。

新たな出会いが新たな感動を呼び起こすとき、「人間は一生のうち会うべき人には必ず会える。しかも一瞬早すぎず、一瞬遅すぎない時に」（哲学者・森信三）を思い出します。

70歳を間近にして、「のんびりと隠居生活でも…」と思うこともありますが、自分たちの活動が地域の喜びにもなるとき、この上ない充実感を味わい、「まだまだこれから」という気持ちで頑張っております。

高齢者サポートセンターでは高齢者の皆さまからの投稿をお待ちしています。

赤石地区ひづめ館懇話会（紫波町）

「地域に刻まれた歴史や文化を学ぶ」

赤石地区ひづめ館懇話会（高橋敬明会長、会員 54 人）は、紫波町の樋爪館ひづめだてに関する歴史的認識を高めることにより、地域の活性化に寄与することを目的に活動しています。平成 20 年度の赤石地区創造会議の参加者が中心となり結成しました。

主な活動は、樋爪館遺跡めぐり案内コースづくり、「遺跡の道案内人」の養成、専門の講師を招き講演会の開催、月例懇話会（調査結果や研究資料をもとに行う勉強会）の開催など。さらに今年は、寸劇の公演も予定しています。

結成当初から取り組んだ「案内コースづくり」は、ほぼ定着し、昨年から遺跡の道案内を始めました。当初 10 人だった会員も、5 年目を迎えた今は 54 人。また、月例懇話会は年度内で 50 回を迎える予定です。設立時からの合言葉「継続は力なり」を実践してきたことが現在の成果に繋がっています。

今後の抱負について高橋会長は、「私たちの活動が少しでも人づくり町おこしに役立ち、歴史文化遺産が紫波町の観光資源として生かされる日が来ることを願いながら、活動を続けたい」としています。また、



赤石地区ひづめ館懇話会の会員が遺跡案内を行っている様子

「公民館や子供会、老人クラブなどの年間行事に取り入れていただければ、いつでも案内人役を務めます。会員の生きがいでもありますので皆さまのご支援ご協力をお願いします」と話しています。

同会へのお問い合わせは、Tel 019-676-3999（赤石公民館内）まで。

＊樋爪館は、平泉の藤原一族の館と言われています。

（この事業の一部に、いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）

ボランティア人形劇おてだま（大船渡市）

「人形劇を通じた子どもや高齢者との交流」

ボランティア人形劇おてだま（田畑タカ会長、会員 4 名）は、大船渡市内の高齢者が中心となり結成。定年退職をきっかけに、顔なじみの仲間同士で活動を始めました。人形劇による公演活動を平成 15 年から続けて、10 年を超えました。結成当初から人形はすべて手作りで活動を続けています。

主な訪問場所は、大船渡市内の保育園、小学校、公民館、高齢者施設、仮設集会所等です。訪問先では、人形劇だけではなく、絵本の読み聞かせ、お手玉遊びやマジックなども披露します。

「活動の原動力は子どもたちの笑顔です」と田畑会長。「子どもたちが大きな声で笑い、ハラハドキドキすると、私たちの心が弾み、ワクワクします。子どもたちのキラキラ輝く瞳が私たちの元気のもとですから」と話しています。

「これからも体力が続くかぎり、人形劇を通じて地域の子どもたちや高齢者の方々とのふれあい、出会いを通じて楽しい時間を持ちたい」と今後の抱負を述べました。

同会へのお問い合わせは、Tel 090-5356-9334（田畑会長携帯）まで。

（この事業の一部に、いきいき岩手支援財団の「ご近所支え合い活動助成金」が活用されています。）



敬老会で公演を行っている様子

なんでもやろう会（佐藤四郎会長、会員 14 名）は、平成 15 年、当時の水沢市社会福祉協議会の油井明会長が提案した「げんき朗人（ろうじん）いきいき事業」をきっかけに結成しました。この事業では、元気な高齢者を対象にした「参加する福祉」の実現を目指すため、高齢者が主体的に社会活動を企画し、立案・行動に移しています。主な活動内容は、「知られざる探訪の旅」の企画・実施と紙芝居「岩手の孝子物語」の上演などです。

探訪の旅は、郷土の出身者に由来する土地などを訪ねるバス旅行で、会設立から毎年実施し今年 10 回目を数えます。参加は一般市民を対象に募集。参加者には行先を秘密にし、当日バスの中で明かすという“ミステリーツアー”で、「好奇心がそそられる」と毎回楽しみにされています。これまでの訪問地は、菅原道真公の夫人の墓など菅公ゆかりの地や、正岡子規が東北行脚最後の旅として訪れた水沢の句碑、伊達北部・寛政の百姓一揆の史跡など。今年は後藤新平・斎藤實が勤務した旧水沢県庁舎等を訪問しました。隠れた郷土の歴史を認識する貴重な活動となっています。



地元のテレビ局で紙芝居の放送記念

紙芝居は、平成 20 年の後藤新平・斎藤實生誕 150 年記念の協賛事業で、市民劇場の第 1 号として、いぶし銀芝居「岩手の孝子物語」を上演したことが始まりです。この物語は、明治 34 年、旧水沢市のある孝行息子が、東京見物を願う年老いた母を、人力車に乗せて名所・旧跡を訪ねながら上京した実話によるものです。紙芝居は会員の手作り。読み手は会員が班構成で分担します。これまでに市内の老人施設や小学校、集会場など年間 20 回ほど訪問しており、現在までの上演回数は 80 回以上を数えます。こうした活動が認められ、今年の 10 月、内閣府から、「積極的な社会参加活動を通じ、生き生きと充実した生活を送っているグループ」である社会参加活動事例として表彰されました。

佐藤会長は、「本会の発足 10 年を期に原点に帰って、後藤新平の『自治三訣（人のお世話にならぬよう、人にお世話するよう、そして報いを求めぬよう）』と、斎藤實の『自力更生』の活動を続けたい」と話しています。



なんでもやろう会の皆さん

平成 26 年度「ご近所支え合い活動助成金」第 1 次申請開始のお知らせ

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターでは、平成 26 年度「ご近所支え合い活動助成金」の受付を、平成 25 年 12 月 16 日（月）から開始いたします。第 1 回目の締切は平成 26 年 2 月 21 日（金）必着です。申請についてのご相談、お問い合わせは岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターまでご連絡ください。

※「ご近所支え合い活動助成金」とは県民が共に支え合う地域貢献活動等を支援するための助成制度です。概ね市町村単位もしくは市町村の一部で行う①「高齢者が主体となって行う活動」または、②「高齢者等をサービスの対象とした支え合い活動」を対象としています。

企画・発行 / 岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンター 平成 25 年 12 月 15 日発行

〒020-0045 岩手県盛岡市盛岡駅西通 1-7-1 アイーナ 6 階 tel 019-606-1774 fax 019-606-1765

E-mail koreisha-hfk@aiina.jp URL <http://www.aiina.jp/advancedage/index.html>

岩手県高齢者社会貢献活動サポートセンターは、特定非営利活動法人いわての保健福祉支援研究会が岩手県から受託して運営しています。

〒020-0021 岩手県盛岡市中央通 3-7-30 tel 019-604-8862 URL <http://www.hfk.or.jp/>