

平成 23 年度 老人保健事業推進費等補助金  
老人保健健康増進等事業

会員（高齢者）ネットワークによるニーズアセスメントを通じたシルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業の試みに関する調査  
研究事業報告書

平成 24 年 3 月

社団法人 松山市シルバー人材センター

# 目 次

巻 頭 発刊にあたって	1
序 章 高齢者の孤立化と地域連携事業	2
第 2 章 本事業の概要	
第 1 節 事業実施目的	4
第 2 節 事業内容	5
第 3 節 委員会開催状況	7
第 3 章 会員（高齢者）ネットワークによるニーズアセスメントの概要と主な結果	
第 1 節 男性高齢者へのニーズアセスメントの結果を振り返って	9～13
第 2 節 アンケート調査結果	14～52
第 4 章 地域包括支援センターから見た ニーズアセスメント結果のメンズサロンの応用の可能性	53～54
第 5 章 メンズサロンの実施の概要	55～57
第 6 章 メンズサロンの実施の結果	58～67
第 7 章 シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携の検証	
第 1 節 松山市シルバー人材センターが果たした役割	68
第 2 節 松山地域包括支援センター城北が果たした役割	69
第 3 節 松山市シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携の検証	70
第 8 章 本事業を通じた検討委員からの提言	
第 1 節 男性高齢者と健康づくり・介護予防	71～72
第 2 節 男性高齢者と地域活動とのつながり	73
第 3 節 高齢者の孤立化と人権侵害	74～75
第 4 節 介護保険制度運営からみた連携事業の在り方について	76～77
第 5 節 男性高齢者の孤立を 방지、支援体制につながりやすくするために	78
おわりに 本研究の成果と今後に向けて	79
付 録	
1. 委員会設置要領	81～82
2. 事業の実施体制	83
3. 事業実施状況	84
4. サロン開設パンフレット	85
5. 本事業に参加した一般高齢者等からの提言	86～97

## 巻頭 発刊にあたって

社団法人松山市シルバー人材センターは、地域高齢者の社会参加を促進し、生きがいの充実を図ることを目的として、昭和 62 年に 384 名の会員をもって設立致しました。

今年度、当センターは、設立 25 周年を迎えました。

その間、少子高齢化の進捗、地域の雇用・経済情勢の変化に対応し、介護保険事業への参入及び、市民後見人の養成等に着手し、働く意欲のある高齢者が新たな地域の担い手として、より弱い立場にある高齢者の生活支援等を行うなど、地域の福祉的支援を実践し、登録会員数は 3,000 名を超える組織として成長して参りました。

登録した高齢者は、市内全域でそれぞれの就労希望職種により、地方公共団体・企業・ご家庭からの仕事の依頼に応え、これまでの社会経験や自身の技能を活用して就労すると共に、小学校区を基本とした地域班を組織し、それぞれの地域でボランティア活動を展開するなど地域に密着した高齢者の運動体として事業の拡充を図っております。

更に、当センターに登録する 1,000 名余の女性会員は、それぞれの地域におけるネットワークを活用し、就労機会の確保や、地域のお世話役としての活動を展開し、今年度、女性会員の一層の活動の活性化と、ポジティブアクションの推進を図ることを目的として女性会員会を発足させました。

このようななかで、当センターは、高齢者が加齢等により就労等が難しくなった後、特に男性高齢者が、どうしても孤立化する傾向にあることに着目し、地域包括支援センターとの連携を図り、就労することが難しくなった後も、生きがいの充実を図ってゆくことが今後の高齢社会において大変重要な課題であると考え、男性高齢者が社会に係るしくみづくりに着手したいと考え本事業を実施することといたしました。

本事業における、男性高齢者の実体把握について、当センターでは、女性会員のネットワークが効果的に活用できると考え、学識経験者の皆様方に専門的なご指導を賜り、事業の企画・検証にご尽力をいただき、この度、本事業の実施結果を本誌に取りまとめることとなりました。

本事業の実施結果をもとに、各地のシルバー人材センターにおいても地域の実態に即した地域包括支援センターとの連携を図られ、地域の高齢者の生きがい充実と、地域社会の活性化活動を推進するための一助に繋がることを期待して報告書を発刊いたします。

終わりに、本事業を実施するに当たりご協力を賜りました、本事業委員の皆様方をはじめ、松山市、地域包括支援センター、介護事業所の皆様方に改めて厚く御礼を申し上げますと共に、今後とも当センターの福祉的支援事業等の推進にご支援賜りますことをお願い申し上げます、本報告書発刊のご挨拶といたします。

平成 24 年 3 月

社団法人松山市シルバー人材センター

## 序章 高齢者の孤立化と地域連携事業

聖カタリナ大学 恒吉 和徳

高齢化の進行に伴い、高齢者を取り巻く生活課題は、より一層複雑多様化、深刻化してきている。特に家族や地域社会の機能が脆弱化している現代社会において、安心・安全な老後生活には何が必要であるかについては我が国における喫緊の課題といえる。

2010年1月、9月にNHKで放映された『無縁社会～“無縁死”3万2千人の衝撃～』、『消えた高齢者“無縁社会の闇”』は、ここ近年深刻化している高齢者の孤立問題における家族や地域のつながりの重要性について改めて再認識する機会となった。高齢者の孤立化については、「家族からの孤立」「地域からの孤立」「政策からの孤立」が存在するといえる。最も深刻であるのは、これら全ての孤立に該当する高齢者に対してどのような方策が必要かということである。「家族からの孤立」の問題に対してはプライベートな領域であるため第三者が関与する余地はさほどないと思われるが、「地域からの孤立」、「政策からの孤立」に関しては相互に関係があり、家族以外の周囲による何らかの関与が必要になる。住み慣れた地域で安心して暮らしたいという願いを実現するために、地域でおこる様々な生活課題や福祉問題を、地域住民や行政、関係機関、事業所等が連携・協働しながら解決しようとする小地域における環境作りが必要となる。しかし一方では、互助や共助、公助を拒否するような孤立を志向される高齢者の存在や、支援に必要となる個人情報に対する過剰反応などの問題もあり、地域による支援がなかなか進まない状況も覗える。

高齢者の孤立問題への対応としては、まずは一人ひとりの生活課題を受け止め、寄り添うことが必要であり、そこから地域が抱える課題は何かを明確にし、住民を主体とした解決に向けた取り組みが行われることが期待される。地域の高齢者のニーズを把握し、サービスにつなげていく機能を担う機関の一つに、2006年の介護保険法改正で地域包括支援を担う機関として新たに創設された地域包括支援センターがあげられる。このセンターは医療保健福祉をはじめとする制度的サービスと地域住民の多様な支援活動を横断的に調整し、支援を必要とする人々に必要な支援を提供し、その権利を守り、尊厳ある生活を実現することを目的として設置されている。センターが実施する内容は、介護保険の被保険者の心身の状況、その居宅における生活の実態その他の必要な状況の把握、社会福祉やその他の関連施策に関する総合的な情報の提供、権利擁護のための必要な援助など多岐にわたっている。しかし、現状としてはセンター職員は多忙を極め、それらの機能を十分に果たし切れていないとの声も聞かれる（予防プランセンター化しているとの声もある）。センターが十分に機能を果たすためには職員の増員が必要となるだろうが、運営に伴う財源確保が厳しい状況を考えると、センターの機能をサポートするための地域資源を開拓し、地域内連携により住民に寄り添うシステムを構築することを検討する必要があるだろう。

ところで、現在の高齢者は健康や介護予防を意識し、元気な方々も多い。高齢者には現役志向が強く、自分の職業経験を次世代に伝えたい、収入は二の次で現役で仕事に携わりたいという自立志向を持つ方々も多く存在する。現役を退いた者にとっては、社会活動（参加）を考える際にも新たな集団組織を創るのか、既存のものに加入するのか、その入り口の判断が自身に求められるが、高齢者の脱孤立化を図るためにはまずは高齢者自身の意識改革が必要である。高齢者の自立志向については、労働意欲以外にも、役割を持つこと、趣味活動、仲間の存在、家族との良好な関係、などが要素として考えられる。したがって、役割や趣味活動や仲間づくりに関連する社会活動の選択肢を十分に保障することが求められる。景気や社会情勢の影響から高齢者の雇用状況については厳しい状態が続いているが、地域を支える重要な人的資源としてスポットを当て、地域が抱える課題を解決するためのネットワークに高齢者マンパワーを組み込み、高齢者が新たな役割を担うシステムを構築することは有益であると考えられる。また、趣味活動や仲間づくりのための機会を確保するために、地域にある様々な事業所や児童、障がい者などがコラボレーションを図ることも必要であろう。

高齢者の生活を支えるための地域を主体とした取り組みは、すでに多くの自治体で独自の活動として展開されているが、国の施策としては「悲惨な孤立死、虐待などを1例も発生させない地域づくり」を目指して厚生労働省が全国58か所の自治体と取り組んでいる「安心生活創造事業」がある。少子高齢化が急速に進行する中、地域では、高齢者や児童などへの虐待や孤立死の問題、認知症高齢者を狙った消費者被害の問題、災害時に支援が必要な方への対応の問題など、様々な生活課題が顕在化しており、地域福祉の再構築が課題となっている。こうした中で、市町村と国とが協働して地域福祉を推進していくために、安心生活創造事業の実施やその効果検証、地域福祉推進ネットワークの形成、意見交換の実施、先駆的取り組みの情報発信などを行うことは大変意義深いと思われる。今後は地域包括ケアシステムの構築に向けて、24時間365日のケア体制を身近な地域でどのように作り出していくか、また医療との緊密な連携や権利擁護の支援、緊急時のマニュアルの作成とその共有も必要である。

複雑多様化する高齢者の生活課題に対処していくためには、地域住民をはじめとした多様な連携はもはや必須となっている。まずは住民の気づきとやる気、組織と組織の連携、その組織長の存在が必要である。自分たちの地域で何が起きているのか、それが自分たちの生活にどのように関わっているのか、自分たちに何ができるのかを知ることから始めなければならない。

## 第2章 本事業の概要

### 第1節 事業実施目的

本事業は、シルバー人材センターの会員ネットワークを活用し、地域高齢者のニーズアセスメントを行い、その結果を地域包括支援センターにフィードバックし、地域包括支援センターの地域支援事業をより効果的に実施できる体制のモデルを構築することを目的として実施した。

地域には、介護サービスを利用していないが、今後、心身の機能低下により介護が必要となるであろう高齢者が多い。

このような高齢者については、「ふれあいいいきサロン」などの介護予防関連の諸施策を通じてその対策が図られている。

しかしながら、現在、松山市内に10か所の地域包括支援センターが設けられているが、その職員数と担当地域規模のアンバランスは依然として大きく、地域包括支援センターの職員が担当地域内の全高齢者を綿密にニーズアセスメントすることは困難を極める。

他方、シルバー人材センターは、働く意欲のある高齢者が会員となり、より弱い立場の高齢者の生活支援等を行うなど、地域の福祉的支援を実践してきており、地域内における会員を通じたネットワークは極めて充実している。

本事業では、このネットワークを活用し、地域の高齢者のニーズアセスメントを実施することで、地域包括支援センターにより有意義なニーズアセスメントの結果を提供できると考えた。

また、このような活動を通じて、今後、シルバー人材センターの会員の地域内ネットワークがさらに拡大し、地域福祉の増進に寄与することができるものと考えられる。

なお、本事業では、介護サービスを利用していない男性高齢者を対象としたニーズアセスメントを行った。

男性高齢者を対象とした理由としては、このようなサロン活動に参加する高齢者の大半は女性であり、男性の参加は低調であることが挙げられる。

そのような社会的活動への参加の乏しい男性のニーズアセスメントは困難を極める。

このような男性のニーズアセスメントが的確にできるシステムを作ることで、より公的な介護予防に参加する層が拡大し、地域福祉の増進及び、地域高齢者の介護予防の増進につながるものと考えている。

## 第2節 事業内容

本事業では、シルバー人材センターの会員ネットワークを通じた男性高齢者のニーズアセスメントとメンズ・サロンのモデル事業の実施を通じて、シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携の有用性を検証した。

具体的な事業内容は下記の通りである。

### 1. 検討委員会の設置

今回の事業は、学識経験者等からなる調査検討委員会の助言のもとに行った。

構成メンバーは、委員長に恒吉和徳氏（聖カタリナ大学人間健康福祉学部教授、専門：高齢者福祉政策）、委員に秋山昌江氏（同教授、専門：介護予防）、丸山裕司氏（同講師、専門：リハビリテーション）、岩満賢次氏（同講師、専門：地域福祉、社会福祉調査）、武村淳司氏（同助教、専門：介護技術）、本多敬子氏（松山市地域包括支援センター城北 主任介護支援専門員）、木原道雄氏（木原司法書士事務所 司法書士（後見人））村口毅氏（村口社会福祉士事務所 社会福祉士）、山内利博氏（松山市保健福祉部介護保険課 副主幹）で構成した。（P81～P82 委員会設置要領・P83 別紙「事業の実施体制」参照）

### 2. 会員ネットワークを利用した男性高齢者のニーズアセスメント

このニーズアセスメントについては、3種類の方法を用いた。

#### (1) 松山市シルバー人材センターに登録している男性会員に対する調査

当センターは、3,000名の登録会員が在籍しており、そのうち約7割の約2,000名が男性会員である。そのうちの65歳以上の男性会員を対象とし、郵送調査法によりアンケート調査を実施。

#### (2) 松山市シルバー人材センターに登録している女性会員の地域ネットワークを通じた地域高齢者のニーズアセスメント。

地域での役割や関わりを密接にしているケースが多く、地域に居住する高齢世帯との繋がりが強いために、女性会員の活動の一環として、地域の高齢者へのアンケート調査を委託し、留置調査によるニーズアセスメントを実施。



(女性会員を対象としたアセスメント調査説明会の様子)

また、ニーズアセスメントを実施するにあたっては、松山市シルバー人材センターの他、愛媛県内全域のシルバー人材センターのなかから、砥部町シルバー人材センター、宇和島市シルバー人材センター、四国中央市シルバー人材センターに協力を依頼し、各センターの管轄内の高齢者を対象として実施した。

この3センターの選定理由は、東予地区から第二次産業が盛んな四国中央市を、中予地区から第一次産業（農業）の砥部町を、南予地区の中心都市で水産業の盛んな宇和島市を選定、多様な生活スタイルを考慮すると共に、愛媛県内の東予、中予、南予、という区分における生活スタイルの違いを考慮し、2市1町に選定した。

### (3) シルバー人材センターの来所者に対する調査

松山市シルバー人材センターの市内五か所の事務所に来所される高齢者に対するニーズアセスメントを実施。

来所者については、本事業において、松山市シルバー人材センターの女性会員から雇用した賃金職員の案内による自記式調査を行った。

なお、(2) 松山市シルバー人材センターに登録している女性会員の地域ネットワークを通じた地域高齢者のニーズアセスメント、並びに、(3) シルバー人材センターの来所者に対する調査では、アンケートに回答する方自身が直接入力できるよう IPAD を活用し、IT 関係に興味のある高齢者に親近感を持てるような回答手法を活用した。(IPAD を活用することにより集計作業し省力化を図った。)



(IPADのアンケート調査画面)



(IPADでアセスメントを実施する様子)

## 3. メンズサロンの実施

このようなニーズアセスメントを実施し、検討委員会での分析を経て、そのアセスメント結果を地域包括支援センターに提供し、「松山市地域包括支援センター城北」の協力のもと、そのデータに基づいたメンズサロンを展開、参加した男性高齢者にアンケート調査を実施した。

更に、サロンを利用した男性高齢者等のグループに、「男性高齢者は何故サロン等を利用



しないのか？」について座談会形式でそれぞれの意見を聴取した。

なお、サロンの実施状況、座談会の様子は、DVDにとりまとめ、画像と音声でしか伝えられないニュアンスを記録することとした。

#### 4. 報告書の作成

検討委員会において報告書の構成を検討の上、各委員がそれぞれの専門分野における所見を踏まえ、本事業の実施結果の分析と提言を執筆することとし、その報告書および作成したDVDは、地域包括支援センター、市町村、介護保険事業所等に配布し、今後の事業展開に活用して頂くこととした。

また、この取り組みは、全国どのセンターでも十分実施可能な事業であることから、中四国のセンターの法人センターにその結果を告知し、今後の他センターの事業に活用してもらうこととしている。

#### 5. 研修会の開催

本事業を啓発するために、男性高齢者等を対象とした包括支援センターの事業概要の啓発と、介護サービス等の利用促進をテーマとした研修会を実施した。



### 第3節 委員会開催状況

#### (1) 第1回検討委員会（委員9名出席）

日時:平成23年8月10日(水)18:00～19:30

場所:松山市ハーモニープラザ 3階「多目的室2」

議題:(1)事業内容について

- 申請内容及びスケジュール説明(事業計画等)
- 男性高齢者の実態について(委員所感)

(2)アンケート調査について

●調査対象者と調査員について(事務局説明)

●アンケートの内容について(協議)

(3) 次回委員会の協議事項と開催日について

(2) 第2回 検討委員会 (委員8名出席)

日 時：平成23年10月20日(木) 18:30~20:30

場 所：松山市ハーモニープラザ 3階「多目的室1」

議 題：(1)アンケート調査結果報告

(2)アンケート集計結果について

(3)サロン事業の開設について

(4)次回委員会の協議事項と開催日について



(3) 第3回 検討委員会 (委員9名出席)

日 時：平成24年2月6日(月) 18:30~20:30

場 所：松山市ハーモニープラザ 3階「多目的室1」

議 題：(1)男性高齢者アンケート分析結果報告について

(2)サロン実施結果報告及び追加アンケート実施について

(3)シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業の在り方について

(4)予算執行状況について

(5)次回委員会の協議事項と開催日について

(4) 第4回 検討委員会 (委員8名出席)

日 時：平成24年3月16日(金) 18:30~20:30

場 所：松山市ハーモニープラザ 3階「多目的室2」

議 題：(1)事業の取りまとめと報告書について

(2)予算執行状況について

(3)今後の事業展開について

## 第3章 会員（高齢者）ネットワークによるニーズアセスメントの概要とおもな結果

### 第1節 男性高齢者へのニーズアセスメントの結果を振り返って

聖カタリナ大学 岩満賢次

本節では、シルバー人材センターが会員ネットワークを通じて行った男性高齢者へのニーズアセスメントの結果を見ていきたい。

詳細は、本章後半のグラフデータを参照頂きたい。

#### 1. 個人属性

【問1】から【問9】では、回答者の属性を問うている。

【問1】回答者は全て男性である。

【問2】年齢では、65歳以上から75歳未満の間に67%と約7割が集中しており、75歳以上80歳未満を加えると83%と8割を超えることから、前期高齢者を中心としながら、後期高齢者の初期を若干含んだデータといえる。

【問3】世帯構成では、単身世帯は5.3%のみであり、9割以上の人が誰かと同居している。最も多いのが、配偶者であり、6割を超えている。

【問4】居住地域では、松山市内（合併前の市内）が74%と7割を超えており、大半が愛媛県の中心に近い所で生活している。

【問5】から【問8】では、健康について問うている。

【問5】主観的健康観では、「とても健康である」と「どちらかという健康である」と回答した方の合計が81%にも上っており、主観的健康観は高いと思われるが、反対に、「どちらかという健康ではない」「健康ではない」と感じている方が18%と約2割いることも忘れてはならない。

【問6】病気の有無では、39%が病気にかかっている。

【問7】健康に対する考え方では、「とても気を付けている」と「どちらかという気を付けている」と回答した人が合計で88%と約9割に上っている。

【問8】健康のために行っていることでは、「運動」と「食べ物」がそれぞれ41%と高い数値を示したが、「人と関わるようにしている」と回答した人がほとんど見られなかった。

【問9】人生の充実感では、「とても充実している」と「どちらかという充実している」という人が合計で82%と8割以上の人が人生を充実していると回答している。

## 2. 外出、人との交流の実態

- 【問 10】 から【問 15】 では、男性高齢者の外出及び人との交流の実態を問うている。
- 【問 10】 外出の頻度では、「ほぼ毎日」と「1週間に3～4日」と「1週間に1回程度」といった1週間で1回以上外出する人の合計は94%と、多くの人たちが週に1回以上は外出している実態があるが、「半年に1回程度」「1年に1回程度」「外出していない」といった人たちも少数ながら存在することも見逃せない。
- 【問 11】 主たる外出先では、「買い物」「仕事場」「趣味の活動」が上位を占めている。
- 【問 12】 仕事の有無では、54%が「している」と回答しており、仕事のある人はおおむね半数程度であった。
- 【問 12-1】 仕事の充実感では、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」の合計は88%であり、多くの人たちが仕事に楽しみを感じている。
- 【問 12-2】 仕事の頻度では、「ほぼ毎日」と「1週間に3～4日」と「1週間に1回程度」の合計は90%と、約9割の人が週に1回以上は仕事に行っている。
- 【問 12-3】 仕事の種類では、「シルバー人材センターの仕事」が47%と約半数であり、その他自営業や第一次産業など定年のない仕事が多い傾向がある。
- 【問 13】 ボランティア活動の有無では、27%が「している」と回答しており、約7割の人が行っていない。
- 【問 13-1】 ボランティア活動の充実感では、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」の合計は86%と8割以上の人たちがボランティア活動に楽しみを感じている。
- 【問 13-2】 ボランティア活動の頻度では、「ほぼ毎日」と「1週間に3～4日」と「1週間に1回程度」の合計は38%と、仕事と比較するとボランティア活動の頻度は大きく下がる。「1週間に1回程度」「1か月に2回程度」「1か月に1回程度」が多い。
- 【問 14】 普段の関わりのある人では、「家族」が最も多いが、「近隣住民」、「仕事場の人たち」、「趣味に関する友人」など生活スタイルに合わせた人と交流している人も多い。
- 【問 15】 人づきあいの好き嫌いでは、「とても好き」と「どちらかという好き」の合計は79%と約8割の人が肯定的に捉えているが、反対に約20%の人が否定的に捉えている。

## 3. 寄り合い活動（サロン等）に対する実態及び意識

- 【問 16】 から【問 18】 では、寄り合い活動の実態とその意識を問うている
- 【問 16】 寄り合い活動の利用の有無では、「利用している人」が13%と利用状況は低調である。
- 【問 16-1】 寄り合い活動の内容では、「高齢者クラブ」38%、「町内会・自治会の活動」はそれぞれ38%、31%であり、地域の活動に参加する傾向が高い。他方、「サロン」

や「いきがいデイサービス」はそれぞれ 17%、8%と介護予防、生きがいづくりのサービス利用はどちらかというとい低い。

【問 16-2】利用の満足度では、「満足している」と「どちらかという満足している」の合計が 92%と 9 割以上の人満足している。

【問 17】生きがいデイサービス・ふれあいいいききサロンの認知度では、「知っている」は 42%と半数以上の人知らない。

【問 17-1】寄り合い活動のイメージでは、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」の合計は 67%と約 7 割の人が楽しいイメージを持っているが、約 3 割の人が否定的なイメージを持っている。

【問 17-2】寄り合い活動の「どちらかという楽しくない／全く楽しくなさそう」の理由では、「興味のあることがない」「馴染めない」「お世話されたくない」「知人・友人がいない」「要介護の人が集まる場所だから」などが上位に上げられた。

【問 18】寄り合い活動に行くために必要なことでは、「話し相手がいる」「友人・知人と一緒にいける」「費用の負担がない」「自分の好きなことができる」「行き来が便利」などが上位に上げられた。

【問 18-1】寄り合い活動でしたいことでは、「健康に関すること（体操、リハビリ等）」、「屋外活動（園芸、工作等）」、「屋内活動（テレビ鑑賞、カラオケ、料理など）」、「外出活動（日帰り旅行、ショッピング等）」などが上位に上げられた。

#### 4. 個人的嗜好

【問 19】から【問 23】では個人の興味・関心を問うている。

【問 19】趣味では、上位から「テレビ」「お酒」「旅行」「スポーツ観戦」「菜園」「読書」などと続いている。

【問 20】趣味活動の充実度では、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」の合計は 89%と約 9 割の人が趣味活動に充実感を感じているが、3%の人が全く趣味をしていないこと、また「楽しくない」と「どちらかという楽しくない」の合計が 5%と約 1 割の人が趣味に充実感を得ていないことも忘れてはならない。

【問 21】自由時間の過ごし方では、「趣味に関すること」が 32%であるが、「その他」も 32%と特段することがない人もいと推測され、趣味ではないが、テレビや新聞を見たり、寝たりされているのではないかと思われる。

【問 22】思い出の唄では、美空ひばりや石原裕次郎の歌が中心として挙げられた。

【問 23-1】最近のお気に入りの唄では、演歌が多く、過去の唄が多かった。

【問 23-2】最近のお気に入りのドラマでは、時代劇や歴史的ドラマが挙げられた。

【問 23-3】最近のお気に入りの映画では、時代劇が上位を占めているが、洋画の流行のものも挙げられた（ハリポッター、タイタニック、アバターなど）。

## 5. シルバー人材センターの認知度

【問 24】・【問 25】では、シルバー人材センターに対する認知度を問うている。

【問 24】シルバー人材センターの認知度は、70%の人が「よく知っている」と回答しており、また 23%の人が「聞いたことがあるが、どのようなところかは知らない」と回答しており、9割以上の人が耳にしているため、認知度は高いと言える。

【問 25】シルバー人材センターの利用度は、「利用している」は 39%、「過去に利用していた」は 11%と約 5割の人が利用をしている。

## 6. 調査のまとめ

ここでは、男性高齢者へのニーズアセスメントの結果をまとめている。

まず、今回の調査対象となった方々の個人属性であるが、全般的に見て、健康であり、人生も充実されている方が 8割と多数を占めているが、逆に 2割の健康と感せず、人生も充実していないと感じている人たちが、地域内での孤立を引き起こす予備軍として、重点的な支援が必要なのではないであろうか。

第二に、外出、人との交流の実態については、多くの人たちは、家族や仕事場、ボランティア活動などを通じて、社会関係を保っており、さほど大きな問題は見られないが、他方で、約 2割の人たちが人づきあいを否定的に捉えている。

第三に、寄り合い活動については、利用はかなり低調である。その背景には、上記のように、生活に困っていない実態があるであろう。ただし、認知があれば、7割近くの人たちが肯定的（楽しそう）というイメージを持つことが分かるため、今後の参加につなげていく方策が必要であろう。他方で、「興味のあることがない」「馴染めない」「お世話されたくない」「知人・友人がいない」「要介護の人が集まる場所だから」といった否定的イメージを持つ人が約 3割おり、イメージの改善を図る取り組みも同時に必要であろう。ただし、寄り合い活動でしたいことは、それぞれ様々な画一的なメニューは難しいが、寄り合い活動に行くために必要なことでは、「話し相手がいる」「友人・知人と一緒に行ける」が上位にあることから日常的な声かけができる仕組みづくりが重要であろう。

第四に、個人の嗜好では、人それぞれと言ってしまえばそれで終わりであろうが、「テレビ」「お酒」「旅行」「スポーツ観戦」「菜園」「読書」などといった、どちらかというとも 1人でも出来ることが上位を占めているように感じる。ただし、約 9割の人は楽しさを実感しているにもかかわらず、1割の人はその楽しさを実感できていない傾向にある。

お気に入りの唄、ドラマ、映画などを見てみても、昔ながらのものが多く、新しいものにはさほど馴染めていないため、生活してきた時代背景を考慮に入れた支援の在り方が望まれる。

以上のことから、現在の男性高齢者を取り巻く状況をまとめてみると、少し強引ではあ

るが、「8:2の原則」というものを提示してみたい。たとえば、健康面では、8割が健康、2割が健康ではないと感じており、人生の充実でも、8割が充実しており、2割が充実していない、仕事もボランティアも約8割が楽しいと感じており、2割がそう感じていない。人づきあいについても、8割が肯定的に感じており、2割が否定的に感じている。寄り合い活動については、7割が肯定的イメージ、3割が否定的イメージ、趣味に関しては、9割が充実しており、1割が充実していない。このような状況を大雑把に括ると、概ね男性高齢者の8割が充実した日々を送っているが、約2割は何かしら否定的な感情のもとに生活をしているのではないだろうか。おそらく、この2割の否定的な層が地域社会の中で孤立し、様々な問題（周囲から見て問題と思われるもの）を引き起こしているように感じる。

地域包括支援センターは、このようなシルバー人材センターの会員が吸い上げたデータをもとに、この2割の層にどのようにアプローチしていくことができるであろうか。また、8割の人をいかにこの2割の方に移行させないかということも重要であろう。

年齢を重ねていても、身体的にある程度元気であれば、なかなか支援の対象とはなりにくい現状がある。しかし、この否定的感情からもたらされる孤立状態を支援の対象として、社会が認識することは極めて重要である。まずは、2割の人たちにいかにアクセスし、彼ら自身に現状把握をさせるかが勝負であり、地域包括支援センターのコミュニティ・ワークの力量が問われるところであり、期待をしたい。

ただし、グローバル化に基づき、社会全体が市場優位の方向性へ向かっており、そして個々人が分断され、個別化が進められており、社会連帯の理念が薄められている状況があることは、社会全体として認識をしておかなければならない。孤立しているのは高齢者だけではない。政策的にはコミュニティの重要性が強調されてきている、コミュニティの復権は程遠いように感じる。高齢者へのアプローチに加えて、コミュニティへのアプローチもあわせて考えていくことが必要であろう。

本データの詳細な分析は、第8章に委ねることとする。

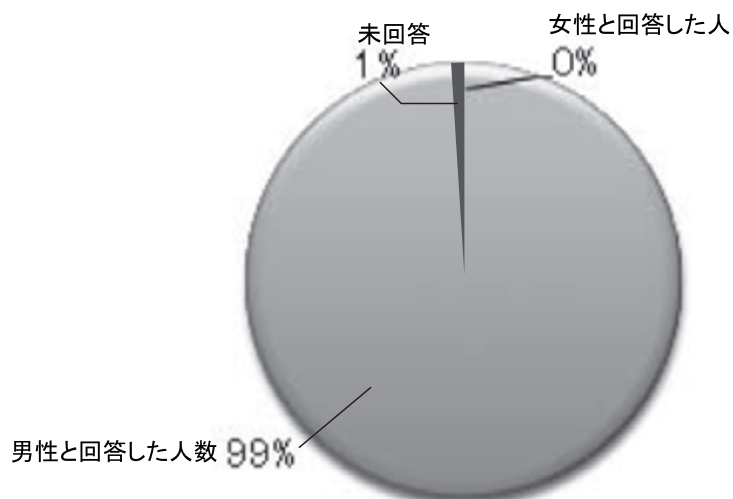
## 第2節 アンケート調査結果

区 分		項 目	配布部数 (部)	回収部数 (部)	回収率
1. 文書回答 小計			1,158	645	55.7%
松山市 シルバー人材 センター	男性会員郵送回答		1,008	504	50.0%
	グループ就労者配布回収		150	141	94.0%
2. 聞き取り調査 小計			990	990	100.0%
松山市 シルバー人材 センター	事務所窓口聞き取り調査		59	59	100.0%
	女性会員訪問聞き取り調査		581	581	100.0%
砥部町シルバー人材センター 女性会員訪問聞き取り調査			124	124	100.0%
宇和島市シルバー人材センター 女性会員訪問聞き取り調査			114	114	100.0%
四国中央市シルバー人材センター 女性会員訪問聞き取り調査			112	112	100.0%
合計			2,148	1,635	76.1%



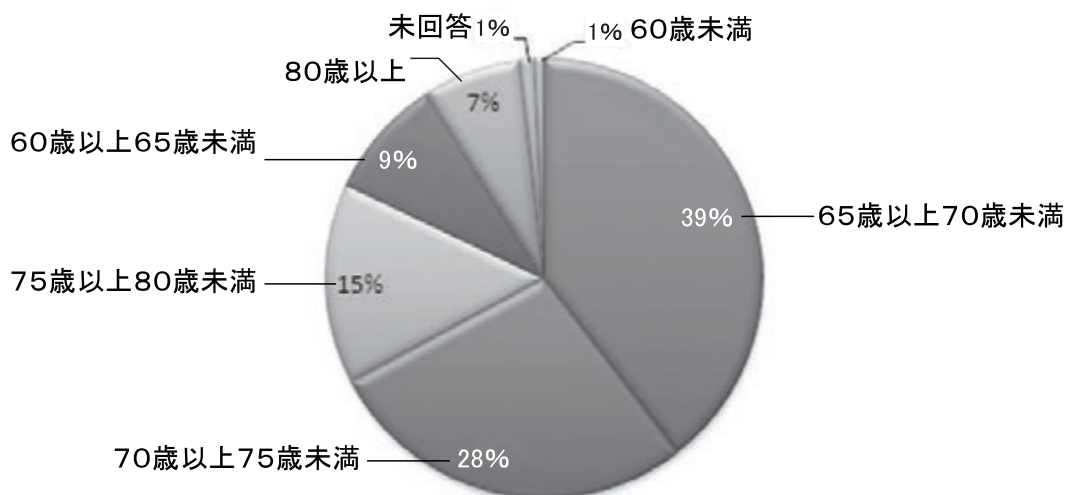
問1 性別を教えてください

1	男性と回答した人数	1,626
2	女性と回答した人数	0
3	未回答	9
合計		1,635



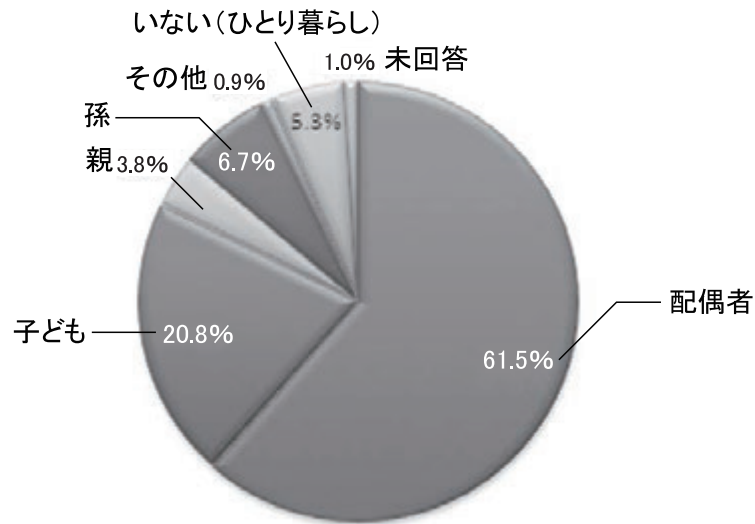
問2 年代を教えてください

1	60歳未満と回答した人数	12
2	60歳以上65歳未満と回答した人数	147
3	65歳以上70歳未満と回答した人数	647
4	70歳以上75歳未満と回答した人数	452
5	75歳以上80歳未満と回答した人数	242
6	80歳以上と回答した人数	117
7	未回答	18
合計		1,635



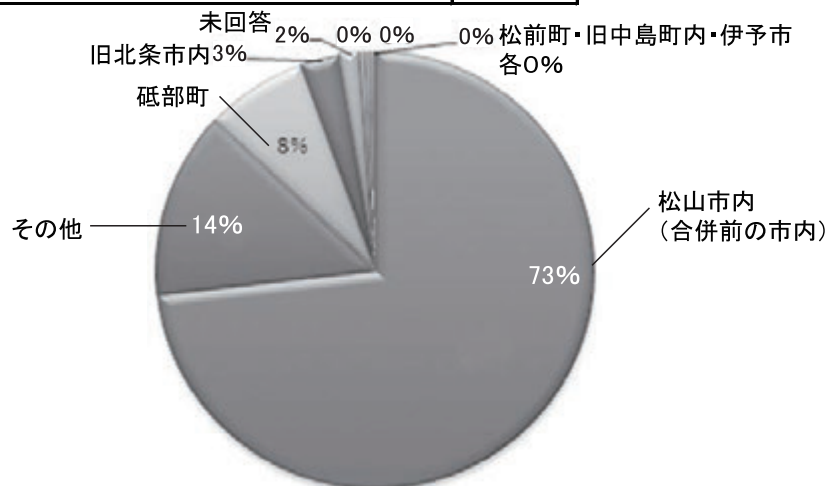
問3 同居する人がいれば教えてください(複数回答可)

1	配偶者	1,384
2	子ども	467
3	親	85
4	孫	150
5	その他	20
6	いない(ひとり暮らし)	120
7	未回答	23
合計		2,249



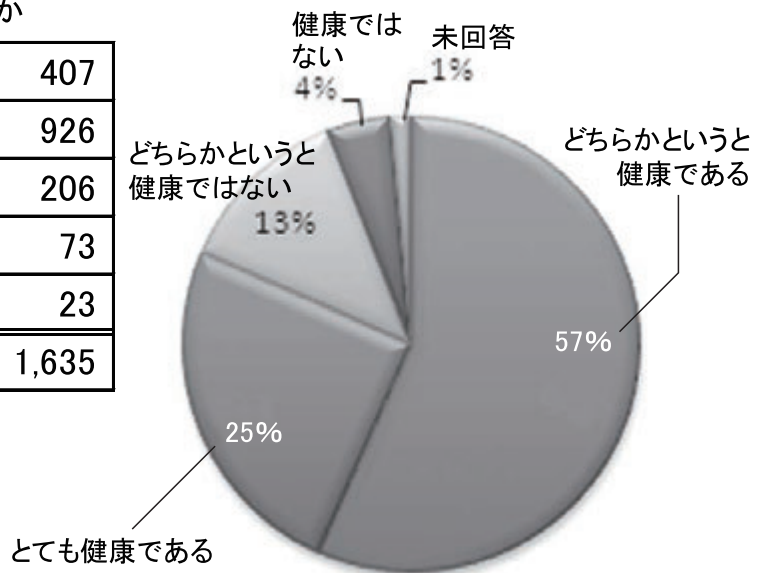
問4 お住まいの地域を教えてください

1	松山市内(合併前の市内)	1,197
2	旧北条市内	47
3	旧中島町内	6
4	伊予市	5
5	砥部町	124
6	松前町	7
7	その他	225
8	未回答	24
合計		1,635



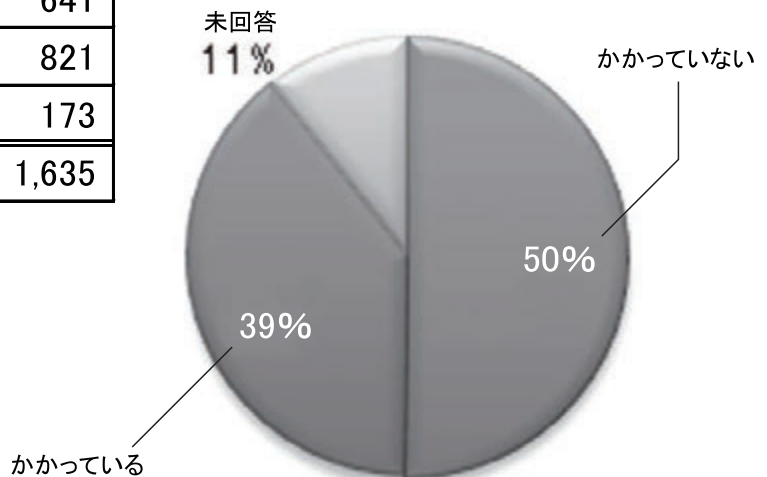
問5 自分自身が健康であると思いますか

1	とても健康である	407
2	どちらかという健康である	926
3	どちらかという健康ではない	206
4	健康ではない	73
5	未回答	23
合計		1,635



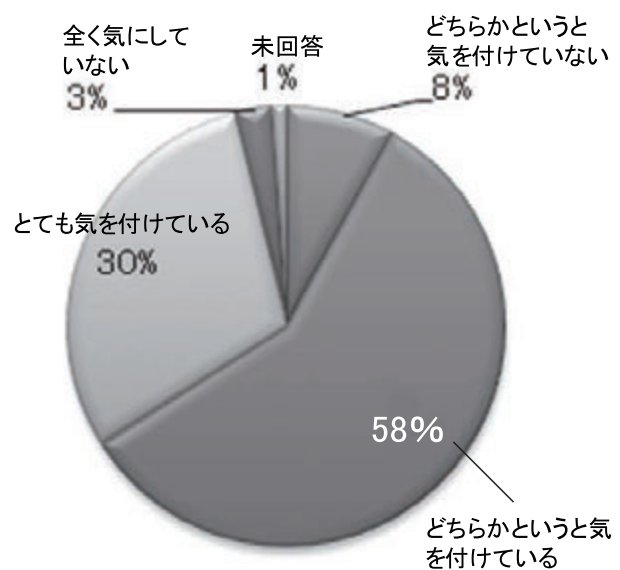
問6 現在病気にかかっていますか

1	かかっている	641
2	かかっていない	821
3	未回答	173
合計		1,635



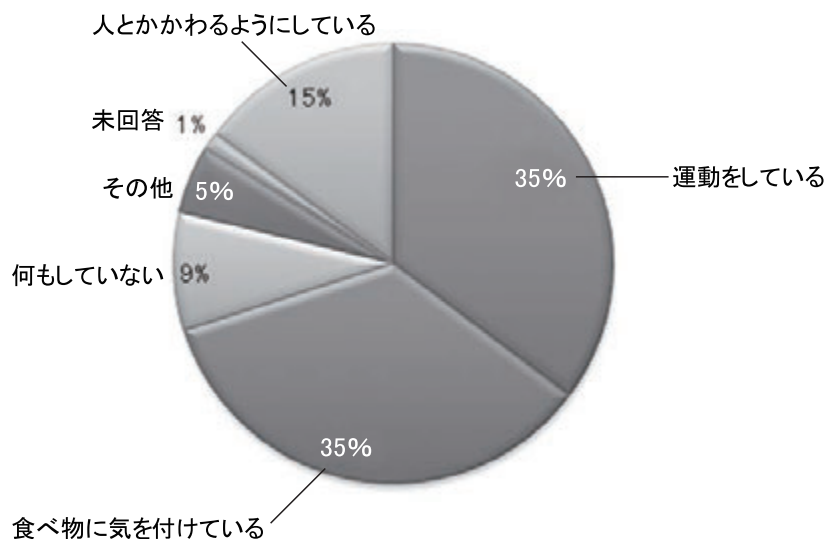
問7 健康に気を付けていますか

1	とても気を付けている	494
2	どちらかという気を付けている	948
3	どちらかという気を付けていない	131
4	全く気にしていない	44
5	未回答	18
合計		1,635



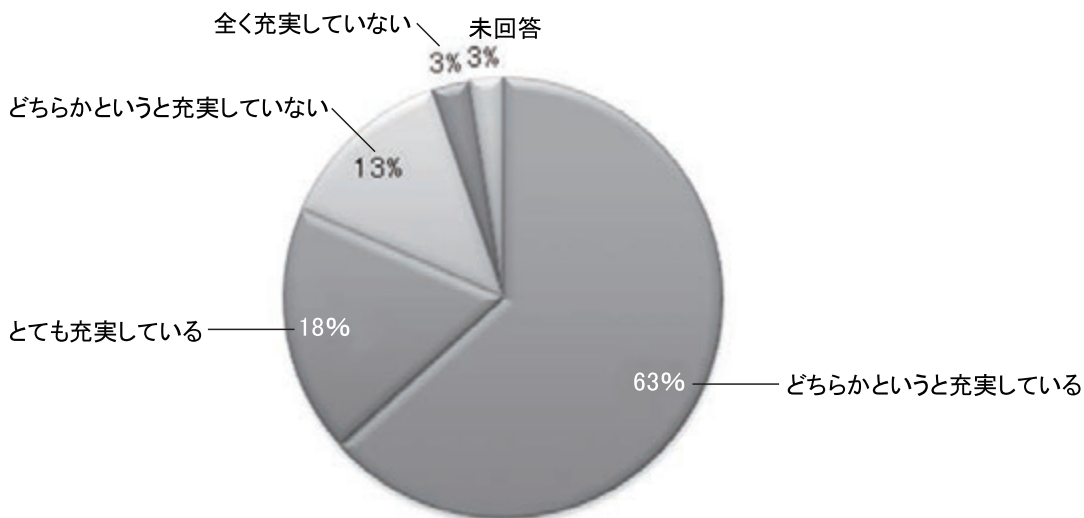
問8 健康のために何かしていますか(複数回答可)

1	運動をしている	768
2	食べ物に気を付けている	760
3	人とかかわるようにしている	327
4	その他	109
5	何もしていない	188
6	未回答	28
合計		2,180



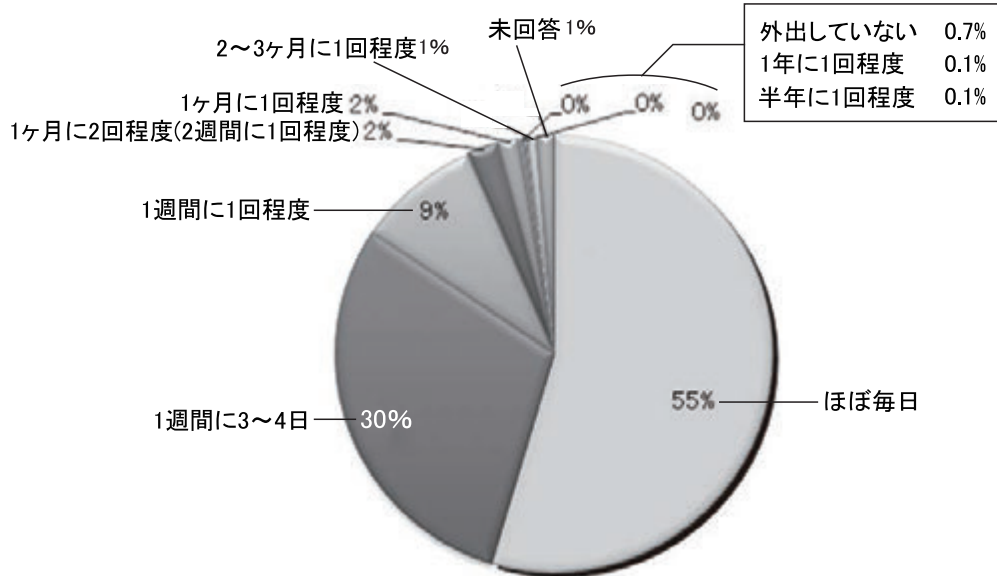
問9 現在、人生が充実していると感じますか

1	とても充実している	300
2	どちらかという充実している	1,034
3	どちらかという充実していない	216
4	全く充実していない	45
5	未回答	40
合計		1,635



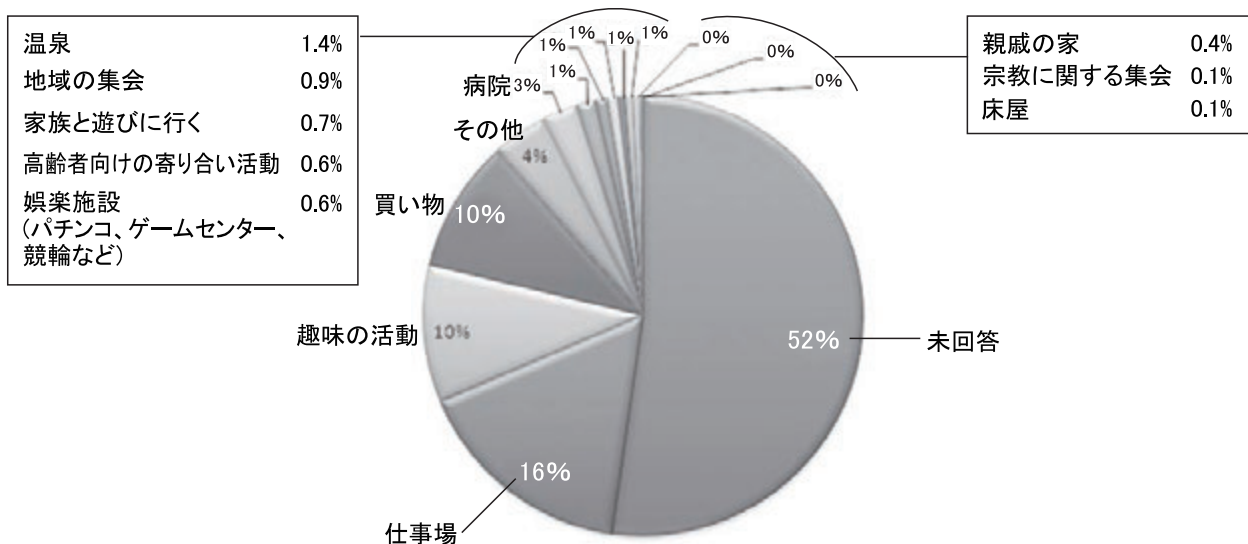
問10 外出をどの程度されていますか(過去1年間程度を振り返っておおむねの平均をご回答ください)

1	ほぼ毎日	893	6	2～3ヶ月に1回程度	5
2	1週間に3～4日	487	7	半年に1回程度	3
3	1週間に1回程度	149	8	1年に1回程度	2
4	1ヶ月に2回程度 (2週間に1回程度)	39	9	外出していない	11
5	1ヶ月に1回程度	25	10	未回答	21
合計					1,635



問11-0 主たる外出先を教えてください(特に頻度の高いもの)

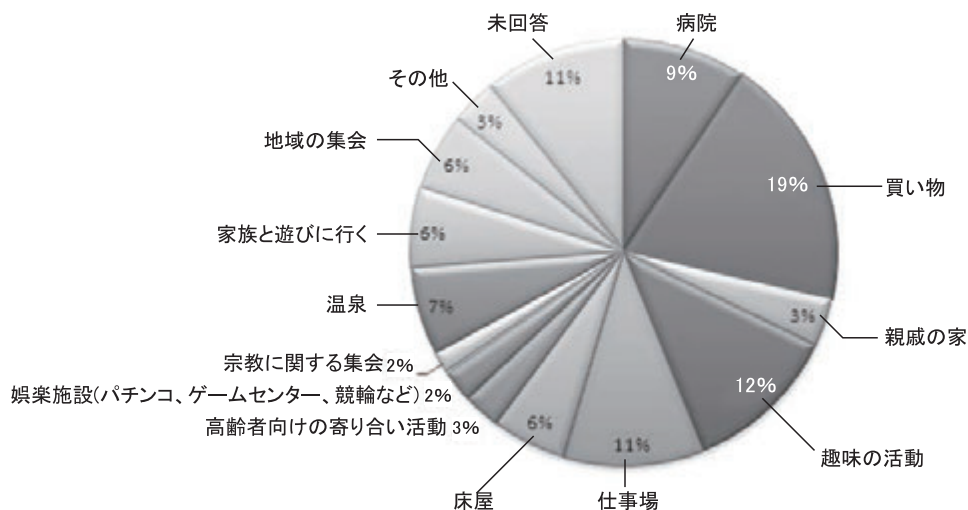
1	病院	43	9	宗教に関する集会	2
2	買い物	162	10	温泉	24
3	親戚の家	8	11	床屋	2
4	趣味の活動	167	12	家族と遊びに行く	12
5	仕事場	270	13	その他	66
6	地域の集会	15	14	未回答	846
7	高齢者向けの寄り合い活動	9	合計		1,635
8	娯楽施設(パチンコ、ゲームセンター、競輪など)	9			



問11-1 主たる外出先を教えてください(複数回答可)

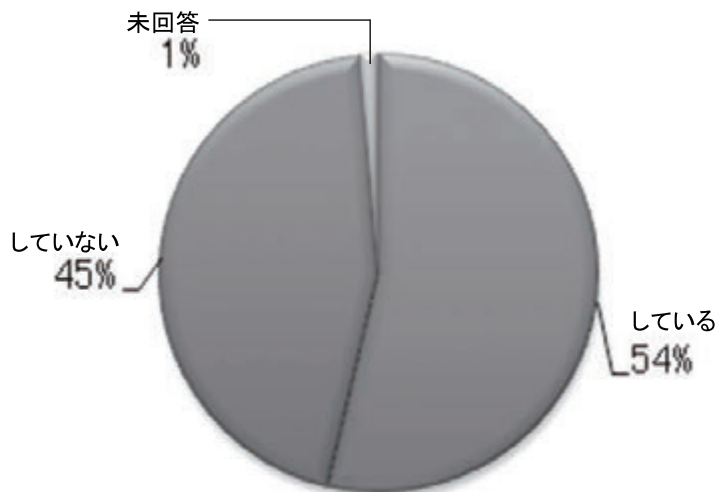
1	病院	347
2	買い物	708
3	親戚の家	135
4	趣味の活動	435
5	仕事場	395
6	地域の集会	210
7	高齢者向けの寄り合い活動	106
8	娯楽施設(パチンコ、ゲームセンター、競輪など)	90

9	宗教に関する集会	61
10	温泉	247
11	床屋	225
12	家族と遊びに行く	215
13	その他	130
14	未回答	399
合計		3,703



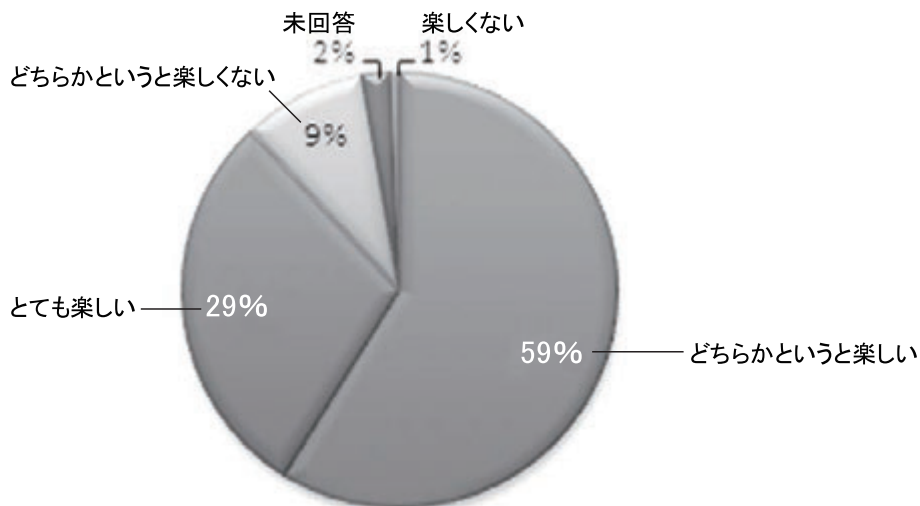
問12 現在、仕事をしていますか

1	している	878
2	していない	736
3	未回答	21
合計		1,635



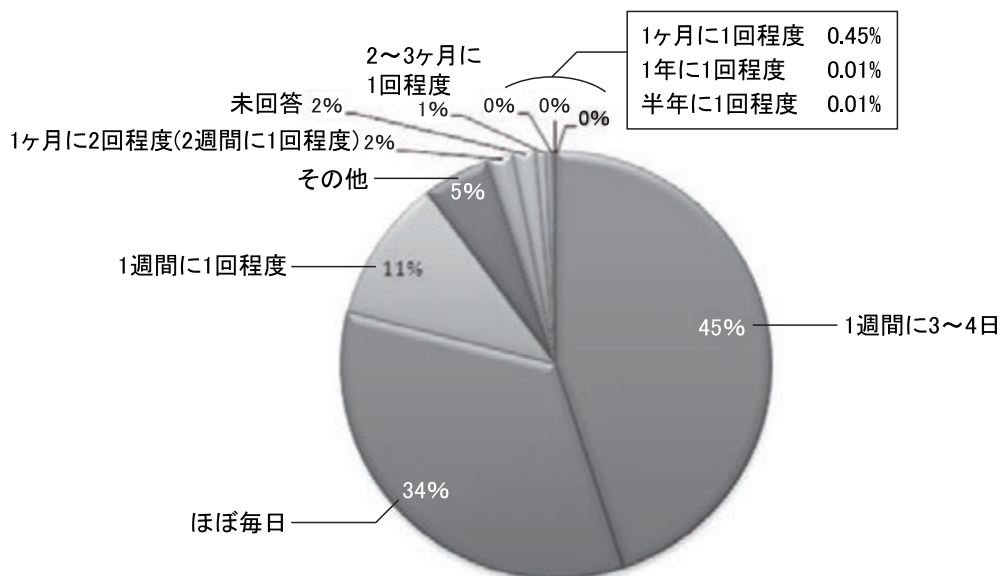
問12-1「仕事をしている」方にお尋ねします。仕事を楽しめますか

1	とても楽しい	256
2	どちらかという楽しい	517
3	どちらかという楽しくない	81
4	楽しくない	5
5	未回答	19
合計		878



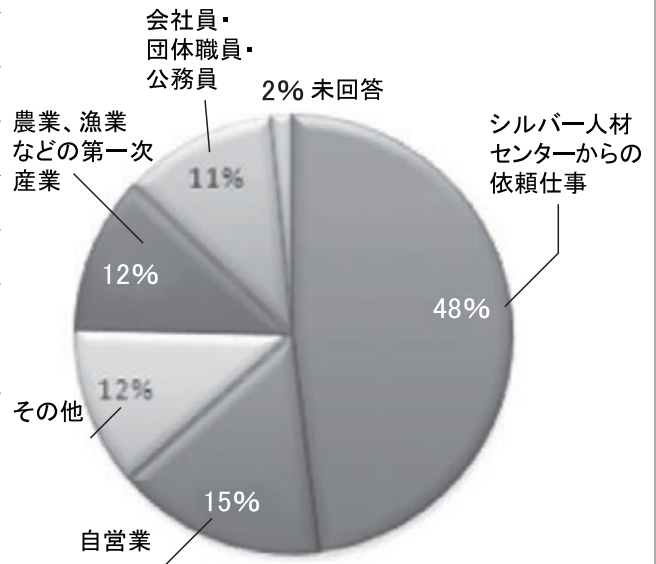
問12-2「仕事をしている」方にお尋ねします。どのくらいの頻度で働かれますか

1	ほぼ毎日	299	6	2~3ヶ月に1回程度	7
2	1週間に3~4日	394	7	半年に1回程度	1
3	1週間に1回程度	95	8	1年に1回程度	1
4	1ヶ月に2回程度 (2週間に1回程度)	17	9	その他	45
5	1ヶ月に1回程度	4	10	未回答	15
合計		878	合計		878



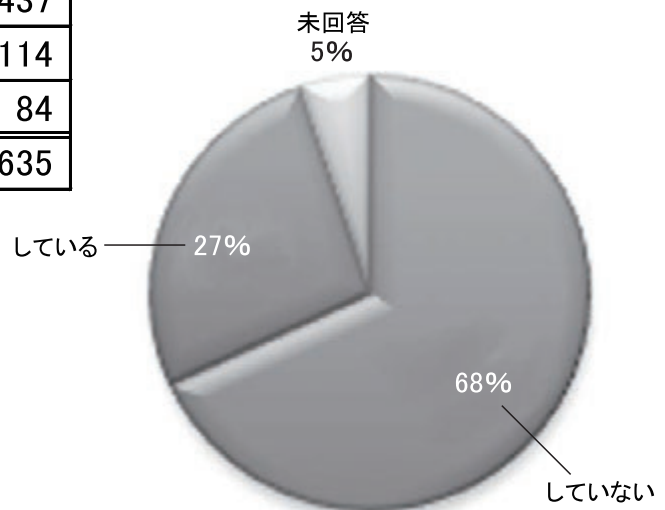
問12-3 「仕事をしている」方にお尋ねします。どんな仕事ですか

1	会社員・団体職員・公務員	100
2	農業、漁業などの第一次産業	102
3	自営業	136
4	シルバー人材センターからの依頼仕事	422
5	その他	104
6	未回答	14
合計		878



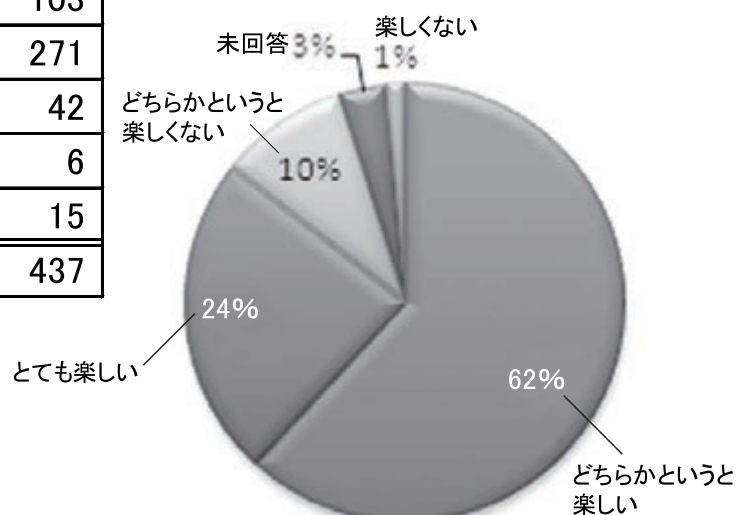
問13 ボランティア活動(他社や地域社会のための無償活動)をしていますか

1	している	437
2	していない	1,114
3	未回答	84
合計		1,635



問13-1 「ボランティア活動」をしている方にお尋ねします。無償の活動は楽しいですか

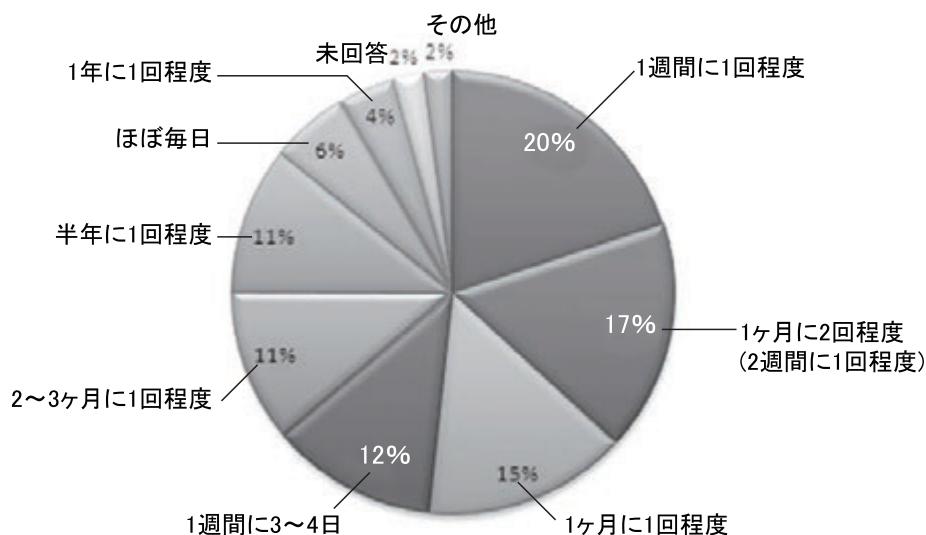
1	とても楽しい	103
2	どちらかという楽しい	271
3	どちらかという楽しくない	42
4	楽しくない	6
5	未回答	15
合計		437





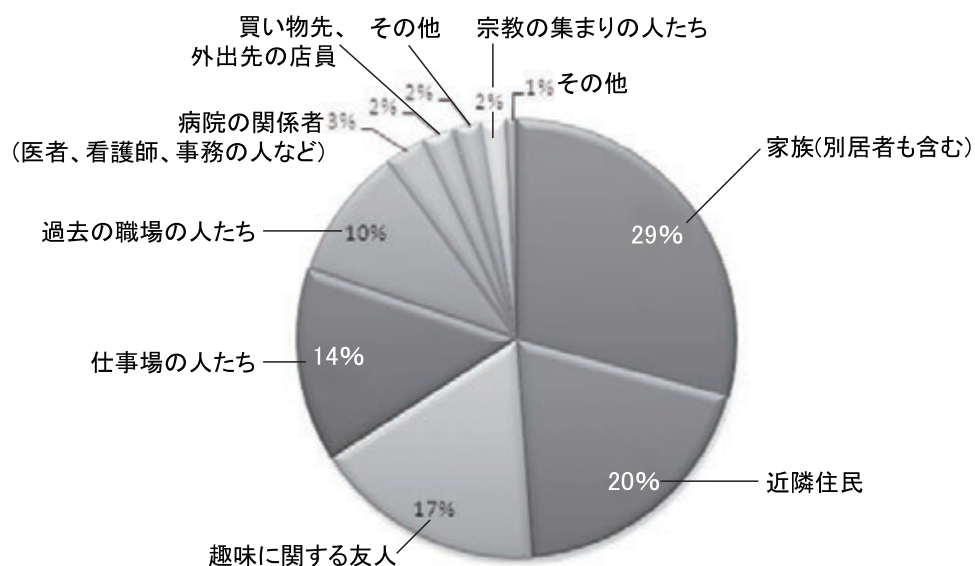
問13-2 「ボランティア活動」をしている方にお尋ねします。どのくらいの頻度で関わっていますか

1	ほぼ毎日	25	6	2～3ヶ月に1回程度	49
2	1週間に3～4日	53	7	半年に1回程度	47
3	1週間に1回程度	87	8	1年に1回程度	18
4	1ヶ月に2回程度 (2週間に1回程度)	74	9	その他	9
5	1ヶ月に1回程度	65	10	未回答	10
			合計		437



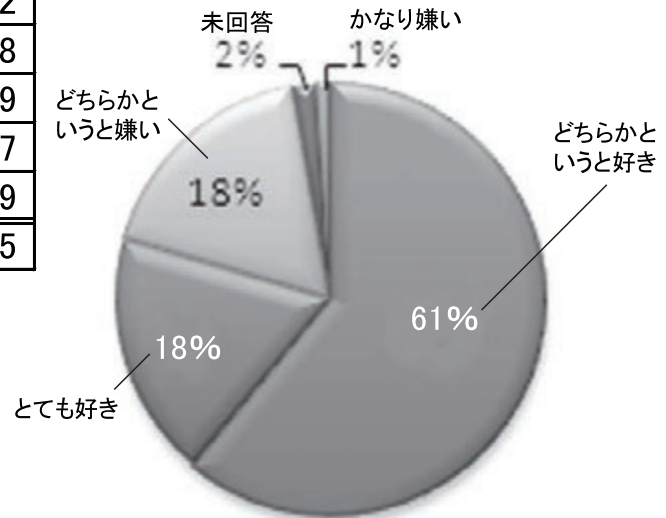
問14 普段、交流のある人は、誰ですか(複数回答可)

1	家族(別居者も含む)	1,029	7	病院の関係者 (医者、看護師、事務の人など)	108
2	近隣住民	693	8	宗教の集まりの人たち	63
3	仕事場の人たち	504	9	その他	74
4	趣味に関する友人	602	10	未回答	27
5	過去の職場の人たち	345	合計		3,526
6	買い物先、外出先の店員	81			



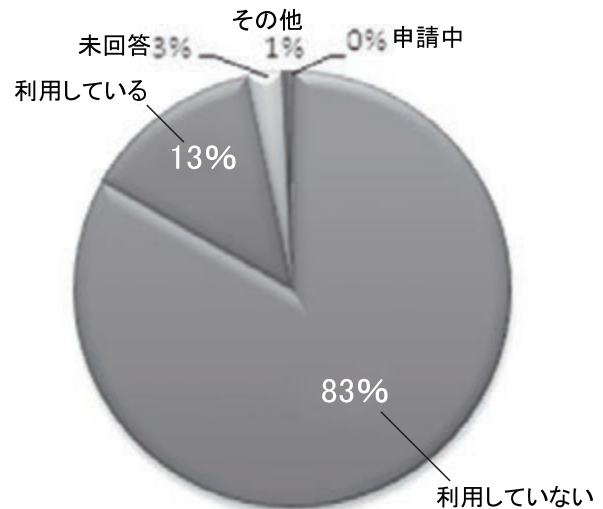
問15 人づきあいが好きですか

1	とても好き	302
2	どちらかというとき好き	998
3	どちらかというとき嫌い	289
4	かなり嫌い	17
5	未回答	29
合計		1,635



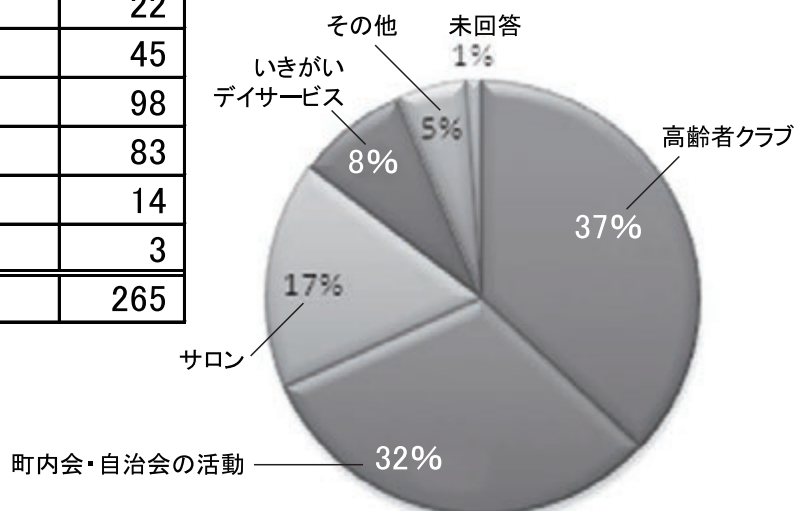
問16 現在、高齢者向けの寄り合いサービス(高齢者のためにレクリエーションなどをする集まり)を利用していますか

1	利用している	219
2	利用していない	1,362
3	申請中	3
4	その他	8
5	未回答	43
合計		1,635



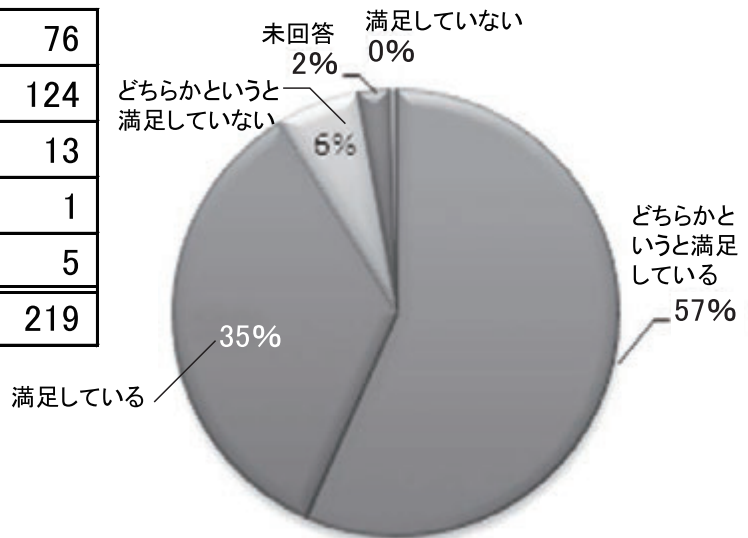
問16-1 「利用している」と答えた方にお尋ねします。サービスの内容を教えてください(複数回答可)

1	いきがいデイサービス	22
2	サロン	45
3	高齢者クラブ	98
4	町内会・自治会の活動	83
5	その他	14
6	未回答	3
合計		265



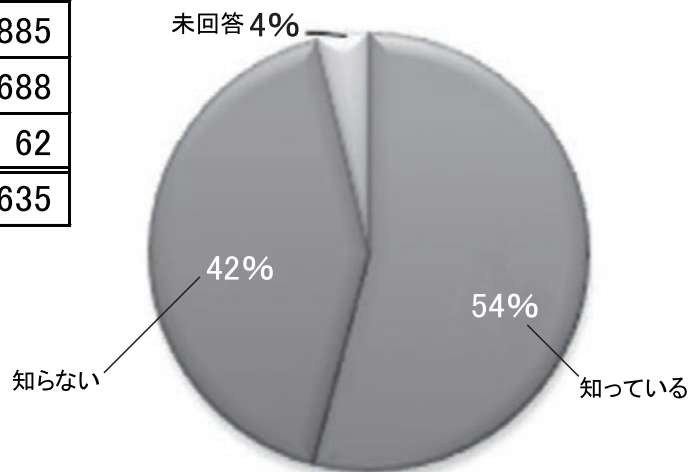
問16-2「利用している」と答えた方にお尋ねします。そのサービスに満足していますか

1	満足している	76
2	どちらかという満足している	124
3	どちらかという満足していない	13
4	満足していない	1
5	未回答	5
合計		219



問17 「高齢者向けの寄り合い活動」として「生きがいデイサービス」や「ふれあいいいききサロン」があることを知っていますか

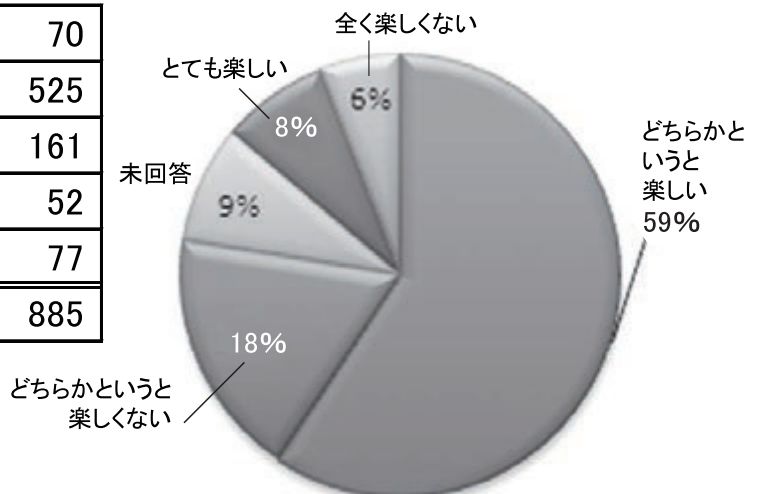
1	知っている	885
2	知らない	688
3	未回答	62
合計		1,635



問17-1「知っている」と答えた方にお尋ねします。

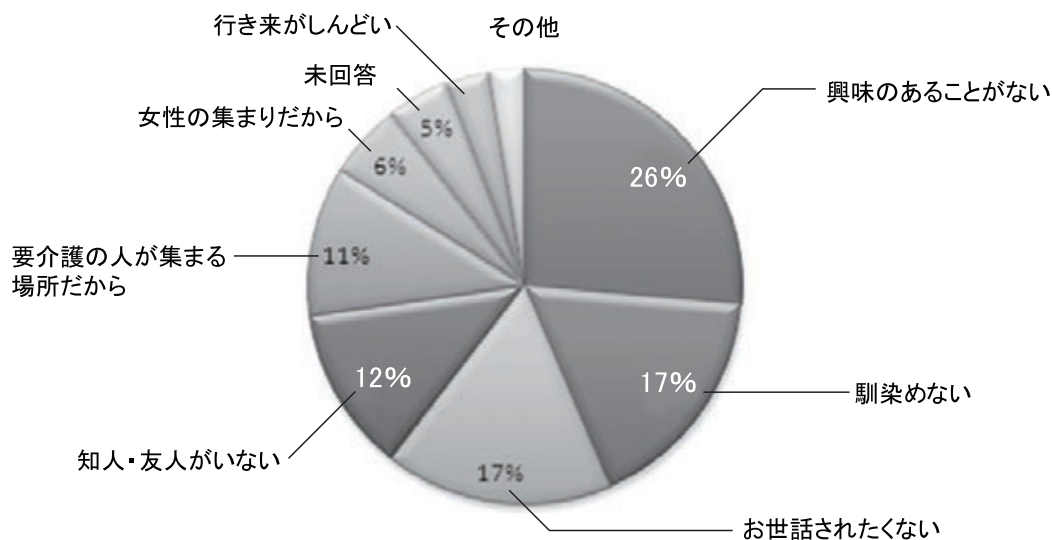
「高齢者向けの寄り合い活動」と聞いてどのようなイメージがありますか

1	とても楽しい	70
2	どちらかという楽しい	525
3	どちらかという楽しくない	161
4	全く楽しくない	52
5	未回答	77
合計		885



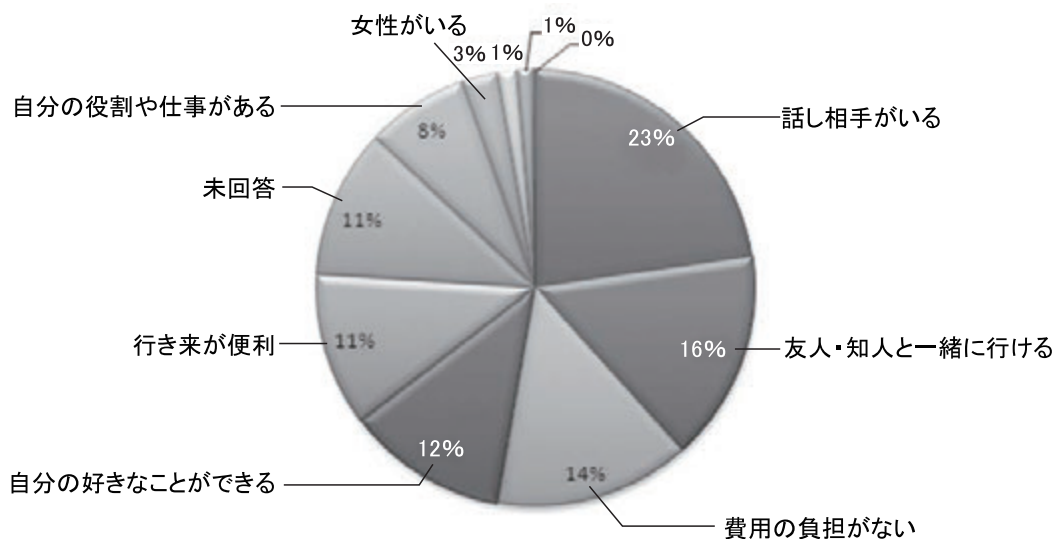
問17-2「どちらかというとなんか楽しくない/全く楽しくなさそう」と答えた方にお尋ねします。  
その理由を聞かせてください(複数回答可)

1	知人・友人がいない	42	6	行き来がしんどい	11
2	興味のあることがない	90	7	要介護の人が集まる場所だから	38
3	馴染めない	59	8	その他	9
4	お世話されたくない	58	9	未回答	16
5	女性の集まりだから	19	合計		342



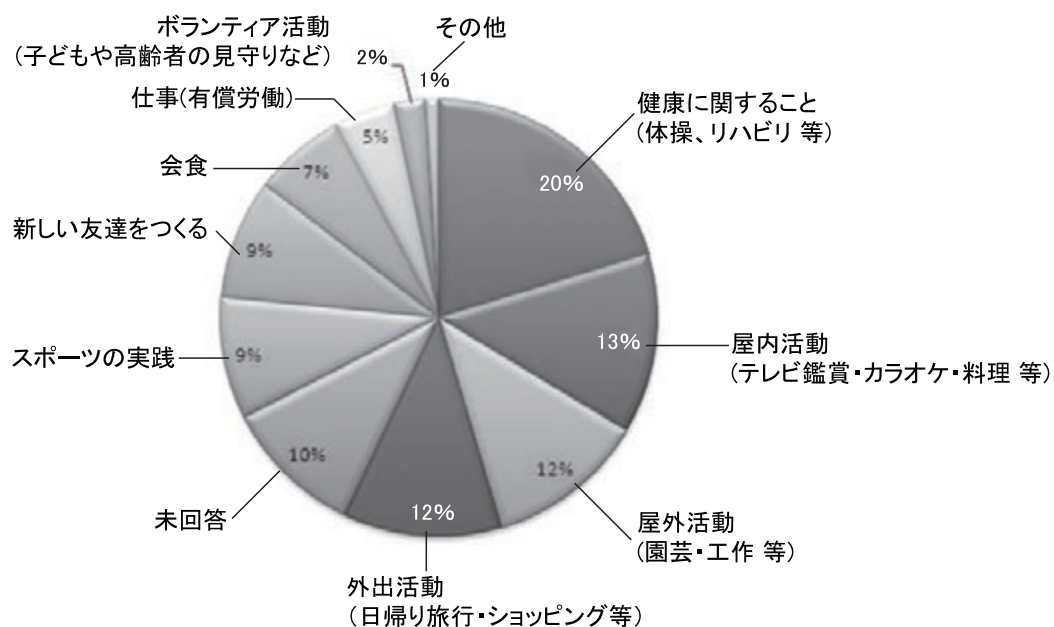
問18 もし「デイサービス」や「ふれあいサロン」に行くとしたら、必要なことは次のうちのなんですか(複数回答可)

1	友人・知人と一緒に行ける	483	7	女性がいる	83
2	話し相手がいる	702	8	女性がない	5
3	自分の好きなことができる	367	9	しゃべらなくてよい	37
4	費用の負担がない	445	10	その他	42
5	行き来が便利	349	11	未回答	341
6	自分の役割や仕事がある	235	合計		3,089



問18-1 もし「デイサービス」や「ふれあいサロン」に行くとしたら、何がしたいですか

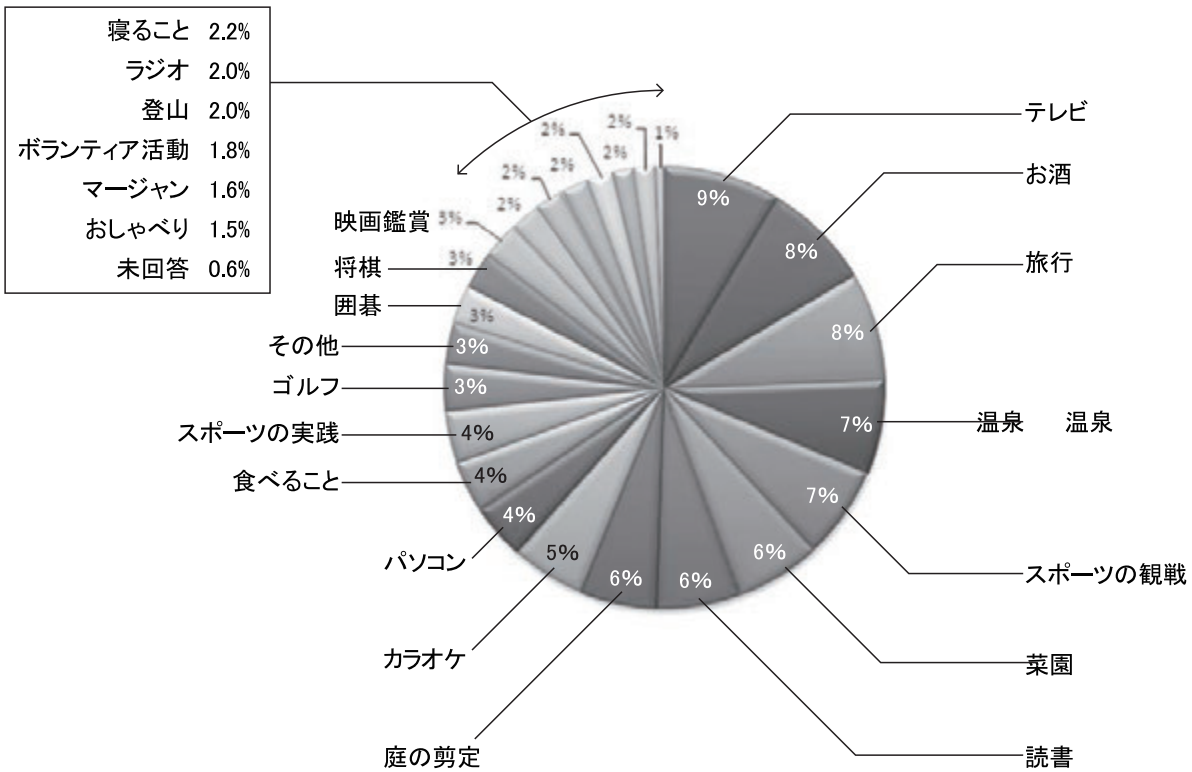
1	健康に関すること(体操、リハビリ等)	569
2	屋内活動(テレビ鑑賞・カラオケ・料理等)	330
3	屋外活動(園芸・工作等)	374
4	外出活動(日帰り旅行・ショッピング等)	326
5	スポーツの実践	254
6	会食	192
7	新しい友達をつくる	249
8	仕事(有償労働)	126
9	ボランティア活動(子どもや高齢者の見守りなど)	65
10	その他	27
11	未回答	292
合計		2,804



問19 趣味を教えてください(複数回答可)

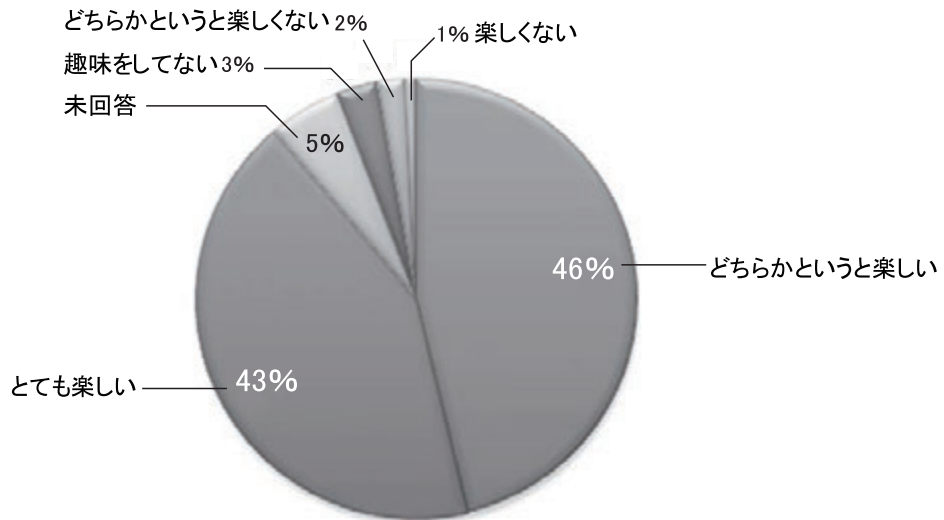
1	読書	379
2	パソコン	251
3	囲碁	173
4	将棋	170
5	マージャン	99
6	テレビ	529
7	ラジオ	128
8	映画鑑賞	166
9	菜園	387
10	登山	125
11	カラオケ	335
12	ゴルフ	214

13	スポーツの実践	236
14	スポーツの観戦	421
15	食べること	237
16	寝ること	139
17	温泉	426
18	庭の剪定	346
19	旅行	486
20	おしゃべり	96
21	ボランティア活動	116
22	お酒	491
23	その他	185
24	未回答	38
合計		6,173



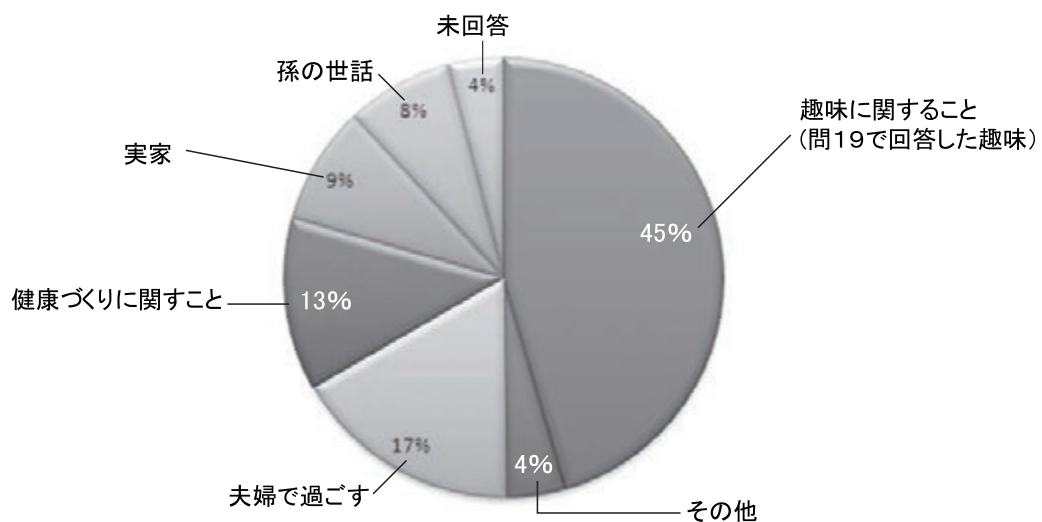
問20 趣味の活動は楽しいですか

1	とても楽しい	697
2	どちらかという楽しい	756
3	どちらかという楽しくない	33
4	楽しくない	13
5	趣味をしてない	49
6	未回答	87
合計		1,635



問21 自分の自由時間は、何をして過ごしていますか(複数回答可)

1	趣味に関すること(問19で回答した物もの)	1,091
2	孫の世話	188
3	実家	208
4	健康づくりに関すること	305
5	夫婦で過ごす	405
6	その他	104
7	未回答	98
合計		2,399



問22-1 思い出の唄を教えてください。(回答者数:768人)

1位	高校三年生	34
2位	上を向いて歩こう	30
3位	北国の春	22
4位	石原裕次郎の歌	22
5位	青い山脈	22
6位	演歌	21
7位	王将	20
8位	別れの一本杉	18
9位	ああ上野駅	17
10位	有楽町で会いましょう	17
合計		223

問22-2 思い出の映画を教えてください(回答者数:620人)

1位	ローマの休日	58
2位	ベンハー	41
3位	君の名は	31
4位	時代劇	26
5位	シェーン	25
6位	西部劇	22
7位	7人の侍	21
8位	24の瞳	18
9位	寅さんシリーズ	18
10位	十戒	18
合計		278

問22-3 思い出のドラマを教えてください。(回答者数394人)

1位	おしん	50
2位	水戸黄門	31
3位	君の名は	22
4位	おはなはん	21
5位	大河ドラマ	21
6位	太陽にほえろ	18
7位	時代劇	12
8位	北の国から	11
9位	鬼平犯科帳	9
10位	大地の子	9
合計		204



問23-1 最近お気に入りの唄を教えてください。(回答者数:722人)

1位	演歌	14
2位	北国の春	13
3位	酒よ	10
4位	千の風になって	9
5位	兄弟船	9
6位	さざんかの宿	8
7位	おふくろさん	8
8位	川の流れるように	7
9位	北の旅人	6
10位	歩	6
合計		90

問23-2 最近お気に入りの映画を教えてください。(回答者数:387人)

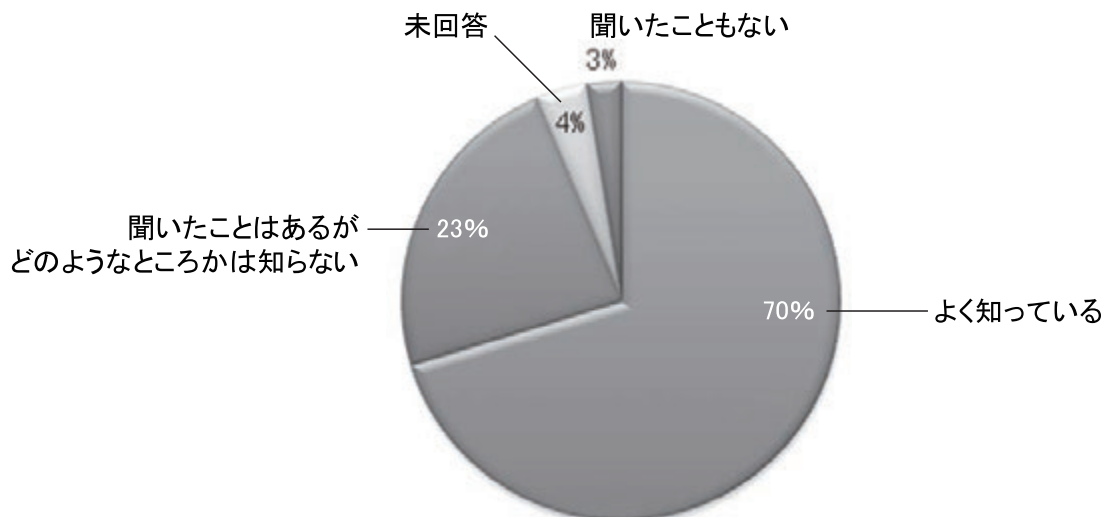
1位	水戸黄門	20
2位	時代劇	18
3位	洋画	12
4位	釣りバカ日誌	11
5位	ハリーポッター	9
6位	アンフェア	9
7位	鬼平犯科帳	8
8位	タイタニック	8
9位	アバター	8
10位	相棒	6
合計		109

問23-3 最近お気に入りのドラマを教えてください。(回答者数:778人)

1位	水戸黄門	81
2位	おひさま	64
3位	渡る世間は鬼ばかり	53
4位	相棒	50
5位	江	46
6位	鬼平犯科帳	40
7位	坂の上の雲	35
8位	時代劇	22
9位	大河ドラマ	20
10位	暴れん坊将軍	19
合計		430

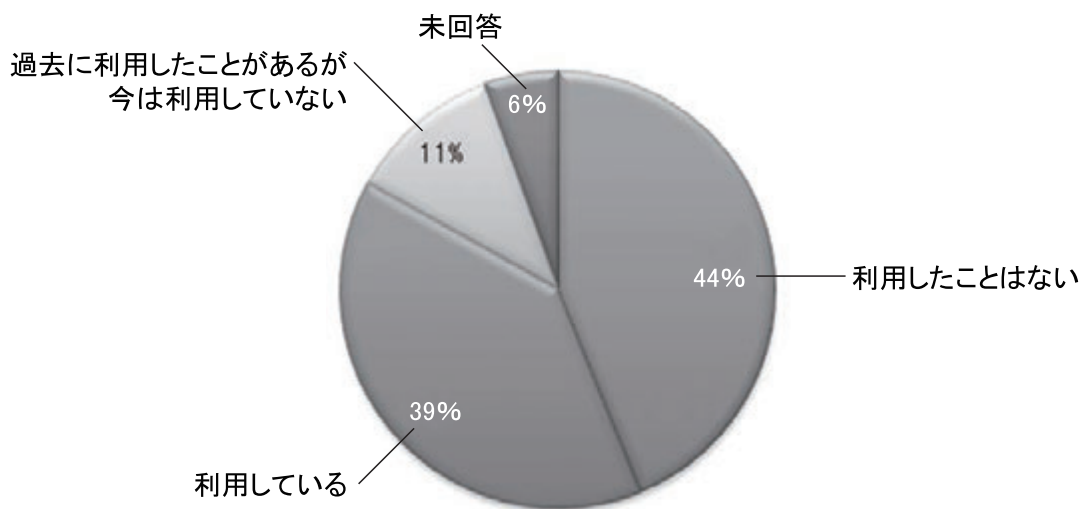
問24 シルバー人材センターを知っていますか

1	よく知っている	1,149
2	聞いたことはあるが、どのようなところは知らない	383
3	聞いたこともない	41
4	未回答	62
合計		1,635



問25 シルバー人材センターを利用していますか

1	利用している	643
2	過去に利用したことがあるが、今は利用していない	187
3	利用したことはない	716
4	未回答	89
合計		1,635



問 25 その他、退職後の男性高齢者等について、社会参加を促すと共に、閉じこもり、うつの防止、介護予防などに役立つことはどのようなことだと思われますか？（自由記述）

No.	内容
1	外に出る事。
2	元気な時は行動する事をモットーとし、農作業、スポーツ等無理しない範囲で毎日を過ごすこと。
3	人との交流は進んで参加するよう、心掛ける。趣味をたくさん持つ事。
4	自分の好きな事を見つけてやることだと思う。（自分は畑仕事が性にあっておりお金もそうかからず、無農薬なので喜んでくれる。野菜作りも結構頭も使い、昨年はここに何を植えたか、一昨年は何を育てたか等気を使う）。趣味にしても他の人と交流出来るような趣味を持つ事も大切だと思う。
5	好きな事を見つけ実践する事。（迷惑のかからないように）
6	運動。
7	働く事、動く事、楽しく対話する事。
8	健康と趣味と友人の付き合い。
9	元職場の同僚との情報交換や会話を大切にすること。趣味を持って小さな事でも持続する。
10	仕事をする事。スポーツをする事。
11	シルバー人材センターの会員になって、楽しく働くこと。
12	地区の行事に参加する。仕事仲間（OB）と連絡して雑談する。
13	まず体を動かす。
14	早起きして新聞を一通り読むようにしています。
15	自分の趣味で毎日時間を過ごす。
16	趣味の活動を楽しくする。
17	趣味があればその道で一人でも多くの方に出会うよう努力する事。
18	仕事をしている仲間を友人としている。
19	スポーツ、仕事、園芸、旅行。
20	楽しく（趣味）事を見つけること。働くこと（動く）。よく睡眠をとること（7時間程度）
21	毎日体を動かす事。
22	高齢者でも出来る仕事を提供し、働く意欲のある人は出来るあいだ働けば良い。その間をぬってボランティアもし、趣味も生かし好きな事もできる。
23	地域の世話をする、役員を進められたら進んで受ける。人の集まる場所に進んで参加する。酒カラオケ等ストレス発散する。
24	身体を動かす事、話し相手を作る。
25	適度な仕事を一週間に3~4回する（責任感をもって）。
26	シルバー人材センター放置自転車整理、運良く就業し、五年間の業務が終了しました。ありがとうございました。この期間仕事と和を大切にし、又意気のあった仲間が現れ仕事の話又旅行、食事会、温泉、ピアホール等楽しみました。これからも大切にして続けたいと思います。これからの生き方として囲碁、卓球、愛石会、三つの会に入会しております。互に競い合い楽しんで生きたいと思います。
27	退職後は第2の人生を楽しもう。外に出て、仕事や趣味で楽しく。前向きに生きる。
28	シルバー人材センターを利用して仕事をさせていますが、友達が多く出来楽しく仕事をさせていただいています。食事会、一泊旅行等仲間で月一回程度行っています。
29	シルバー人材センターへの入会。
30	①まず自分の健康が許す限り働く事である。働くことにより種々の人達と接触することが可能になり、肉体的、精神的に充実し、うつ等の病気が飛んで行く。 ②アメリカの格言に次の言葉がある。practice every day to make your dream come true 夢を実現するために目標を設定し、毎日努力しましょう。そうすれば、いつまでも若さを保つことができ、病気も近寄ってきません。いくつになっても、名作「カサブランカ」のhere's looking at you kid 「君の瞳に乾杯」です。恋は若さを保つ秘訣です。永遠の少年を目指して頑張りましょう。
31	定年後は自分の趣味を持ち、地域社会に飛び込む。何でも自分でやる。得意な物を磨く。
32	率先して心を開く。退職後に過去を振り返らなく、今を生きる心がまえを。現役（過去）時代をリセットする。愚直に生きる。大声で話し、大声で笑う。ボランティアは人がすることではなく、自分から進んで行動する。
33	短期間でもいいから、働くところがあればいいと思います。
34	外出して知人を作る事。
35	地域の集会などにできるだけ参加して、人々とのふれあいを作っていきたくないと自身は思います。
36	頭のボケ（痴呆症）の予防、趣味を多く持つ事。家族、知人、友人、隣近所の人達との対話を多く持つ事。
37	自分の好きな事をする。
38	外出し、人と接する事。
39	市民の中に小さな善い事運動の輪を起こす。

No.	内容
40	健康であれば、何でも良いから仕事をする。
41	趣味を持つ。
42	気軽に働ける仕事、環境、難しいかも、楽しく出来る仕事。私も仕事をさせていただきましたが、職場環境、人間関係も良く、本当に楽しかったです。今は働いておりませんが、その時の方と今も付き合いさせて戴いています。
43	健康で再就職することにより、上記のような状態になる間もない。仕事の斡旋をお願いしたい。
44	各地域及び近隣の友達、知人がどうかかわるかが大切で、各自の好きな事にどれだけ参加する事が大事である。何事にも参加する事により、知人、友達も増えるし、介護予防につながると考える。従って近隣の友達、知人が声掛け合ってまず参加を増やすことが一番だと考えます。
45	とにかく外へ出て、人と会話することに尽きると思っています。
46	偏らない、しぼらない、囚われない。外に出て広い心を持つ。
47	友人と楽しく話しあうこと。
48	健康、経済面の余裕、前向きな気持ちを持つ自己努力、シルバーとして良い方向へ導くシステムを作れば良い。
49	規則正しい生活をして、ストレスを溜めない事。
50	デイサービス、サロンのように気軽に集まれる場所があることは大切。しかしながら、なかなか外に出にくい。気のあった人からの誘いがあると良い。その意味で地域包括支援センター、シルバー人材センターの活動は必要。
51	体が動くかぎり仕事をする事。
52	気楽なスポーツしたり、小旅行をしたい。温泉に行ったり自由気ままな生活をしたら良いと思います。
53	健康に心がけ、趣味を持つ。三ヶ月で75歳、勤労の喜び、健康、家族にも恵まれ（3世代）楽しい毎日です。
54	何でも良いから趣味を持って、健康で楽しく、明るく生活すること。
55	物を作る、生産するなど人として、目的を持って生活する。趣味を持つ。（屋内、屋外、それぞれ最低一つ。
56	少し頭を使い運動をする。スポーツ等に誘う。例（クロック）
57	早朝散歩、趣味を持つ（カラオケ）、常に好奇心を持つ。
58	多数の友達を作って外に出る事。
59	1 そのような場を数多く設け宣伝する。2交通費は実支給することにより仕事に熱が入ると思う。3男女共に働ければなおよいと思う。働く場が楽しくなる。その楽しさが活気を生む。
60	1 ボランティア特に松山NPOサポートとの連携。 2 退職者を抱える企業にシルバー人材センターの存在をPRする。
61	1 家庭に閉じこもり家族や近隣の限られた人との交流のみでは淋しいと考え、出来る限り積極的に参加している。回りの人から、都度声もかけられ勢い人の輪（和）も広がり楽しく充実した余生が送れる。 2 俳句会に入会して約3年半になるが、俳句を勉強すると思う。句会のメンバーとの交流と自身のボケ防止？にと考えている。
62	1 広報活動まだまだ認知度が低いのでメディアの活用でPRする。 2 各地の公民館活動の実情調査でそこでのPR活動を継続する
63	1 自分にできるスクワット 2 カラオケ 3 俳句 川柳 4 友人との会話
64	1 人の交流をもつ。2 自分が出来る事を生かして社会に恩返し、奉公する。3 健康管理、特に食生活を豊かにする。
65	1 無料参加の催し行事(例、小運動会、小ウォーキング、松山名所めぐりなど)を計画して参加してもらえるように宣伝活動を頻繁にやったほうがよい。2 シルバー人材センターの入口が狭く、暗いため入りにくいと思う。
66	1・雇用年齢範囲を実状65才を75才位延長して、高齢者の元気をみとめまた若返りそう。高齢者の閉じこもりとかうつの方に進んで話しかけよう。長命をしてもらうため集いに引っぱって行こう。
67	1軽い運動 2目的を持ったすこしのストレス 3 新しいもの
68	1日に1人でも多くの方と対話もつ、また自分の趣味を生かすこと。例えば、子供のときに遊んだものづくり「自然の中で遊び、山川海遊ぶための道具作り竹あそび等。
69	1日の時間が長いので週3～4日仕事がしたい。
70	60や70でもう年だなどと、思わないこと。TVも社会問題などにも興味を持って見る事。友人を訪ねたり、人と会話する事。体を使う事。週4回、速歩で歩き記録している。エレベーターは使わない。力仕事をするよう心がけている。
71	SCからの声かけ運動が必要。 本人の自覚も必要。
72	いつまでも現役で働ける喜びをもつ 趣味に生きる。
73	うつ防止。

No.	内容
74	うつ病や閉じこもりの人は、自然体で過度にプレッシャーをかけずに、自分自身くよくよしない事と思います。
75	グランドゴルフ等で親睦をする。
76	サークル参加。自分が必要とされる事。
77	サロンも殆ど女性が中心で男性は利用する人が極めて少ない。女性は主婦の立ち話感覚から入ってコミュニケーションが広がるが男性はこのような初対面を敬遠しがち。スポーツ系の行事であると入りやすいと思うが、嫌いな人もいるのでサークルでの会食などから入って簡単なゲームなどに移っていくのが活動を円滑に進める近道ではないか。
78	してみたいことがあれば即実行してみる。1人で出来る事をする。
79	シルバーセンターにて草刈作業の講習を2日間坊ちゃん球場の土手の草刈作業を行なったが過去に使った事のない機械だったので現在の自分には生まれて初めての事だし年齢的にも無理だと思った。
80	シルバーセンターに入会する事が良いと思います。
81	シルバーの仕事を通して精神的、身体的に人との交流を通して役立っていると思う。
82	シルバー人材センターの方々の努力が一番だと思う。
83	スポーツ、趣味を持つ、仕事場。
84	スポーツなど趣味の活動。おせっかいをしない、自由に任せる。
85	スポーツを通じゲーム感覚で、毎日少し考え事をする時間を短くし、他人との触れ合いが楽しいと思う方向に持っていく。
86	スポーツ出来る施設が欲しい。
87	スポーツ等を通じて人との交流、趣味の活動。
88	それぞれの人々が自分に合った趣味を持って、サークル活動をする事です。他人との交流を深めて行く事が何より大切です。
89	それぞれ各自が目的をもって外出するよう促進すべきと考える。
90	デイサービスの送迎をしています。一日2~3時間位です。ボランティアの気持ちで毎日明るく暮らしています。金銭にはあまりこだわりません。
91	テレビで時事問題、ニュース等に耳をかたむけそれぞれについて、自分はどう思っているか心の中に問いかけて見るくせをつけ、たえず脳を使う事。
92	テレビ教育の健康番組の体操をビデオにとり実践している。
93	とにかく人と接すること。色々な事に興味を持つこと。趣味を持つこと。
94	なるべく多く外出する事。
95	パソコンゲーム。(花札、囲碁、マージャン、トランプ合わせ等)
96	ボランティア活動、シルバー人材センターで参加する機会を多く作って欲しい。趣味や退職前の仕事で身につけている能力を生かせる場を、シルバー人材センターと一緒に作って行けたらと思う。
97	ボランティア活動の充実による役割分担で生きがいを見つけてもらう。
98	まず外に出る事なんです。
99	まだ働ける年代なので働いてほしい。余裕があれば地域の為にボランティア活動を始める。
100	もっと高齢者の出来る仕事を紹介したらと思う。体を動かし汗をかいたら気持ちが良い。シルバー人材センター頑張ってください
101	ライフワークを持つ事。
102	囲碁、リーダー1人に3~4人で3組4組で名所、旧跡を廻る。楽しく、笑い有り、体を動かす。元気、気が出又気を近く人から戴く事。
103	一人でも多くの人との出会いを作っていく、語っていく。又、趣味をいかしていくことでけっこう楽しさが出来ます。
104	運動(散歩) 仕事。
105	何かしていないと一日が長い。運動不足になり体力がおちる。閉じこもり、うつ防止、世の中の事が知らなくなる。
106	何もいう事はないが、何でも良いから一つ楽しみを持つこと。これが今後悔いのない人生を送る秘訣ではないでしょうか。
107	家から出て運動したり、人と話したりするくせをつける。
108	家にいる時間又は日を減らした。やはり体を動かすこと、声を出すことが健康に一番と思われるので、健康な人が中心になって引っ張って行けるような体制が各地域でとれば望ましいことだと考えます。
109	家にひきこもらない。友人を作る。ボランティア活動をする。趣味を持つ。仕事をする事(お金は少しで良い)。子供を預かる。
110	家に閉じこもらず何事にも挑戦し少しでも人の為に又自分自身が体を動かし、家族や回りの人の為に役にたちたいと思います。いつまでも健康で、はたの人に迷惑をかけないようにしたいです。
111	家に閉じこもらない。
112	家に閉じこもらないで、井戸端会議でもなんでも人とよくしゃべる。友達を作る。仕事を持つ事。一週に一回でもいいから。趣味のサークル、ボランティア、散歩、何にでも挑戦する事。早寝、早起き、健康に気をつける。

No.	内容
113	家に閉じこもらないで、友達を作り元気に毎日を過ごす。
114	家庭にこもらない事。
115	家庭菜園や趣味を持ち人とかかわること。
116	過去を語らず（少しだけ）未来を来世を想像力たくましく語り、聞きながら明るく表情豊かに時の過ぎるのも忘れる。 本高齢者ケアには、本当の心情を訴えることが壮快です。
117	介護支援の手助け（支援者の手伝い）の簡単で単純な仕事をして体を動かすと共に、いづれ行く我が身の為に働く義務をはたす。徴兵制ならぬ、徴老制を設ける、お互いの為に。
118	皆さんが健康でいることにより、各家庭が幸福であり、社会全体が活性化されると考えます。
119	皆さんが自由に集まる場所があって、話をしたり、運動したり、ふれあいの場所が必要だと思う。
120	皆さんと話す事。
121	皆と一緒に新しいことを学ぶ。講座、討論会、ゲーム食事やのみかい。地域で話し合う。
122	外に出て仕事（自分に合った）を続けることに尽きると思います。仕事のできる範囲をもっと広げて欲しい。仕事の内容によって年齢制限がありますが、70才になっても75才になっても元気な人は、本人の希望職種によりいつまでも働けます。
123	外に出て人とふれ合いを大切にするとよいと思います。
124	外に出て人と話をしたり、海に行き釣りをする。会話が必要。
125	外に出る。友人を作る。好きな事をする。ゆっくり何事もする。夫婦で何事も分かち合う。笑うこと。何か一つ社会のためにする。
126	外に出ること。
127	外に出る事（散歩）、外の空気にふれて空、花を見る事。人とお話しする事。買物等に行く。
128	外に出る事。
129	外出をし、友人を作り、話す事。
130	各家庭に訪問してお話をし、社会参加を促す。今まで以上に広報やリビング等に社会参加を促す行事等を掲載する。
131	楽しいと思う趣味を持つ事、仲間を持つ事。
132	楽しい職場を与えること。
133	活発に出歩くことをしていきたい。
134	気の合った人との交わりだけでなく、異業種（さまざまな性格）の人々との交わりから、色々な事を学ぶというか、色々な事に気づくことで、老後の生活に少しでも気持ちの整理が出来る可能性を、今から準備する事が必要な気がする今日です。
135	気の合った他人としゃべる事。（男女を問わない）
136	気楽に参加できる企画を多く用意する（特に趣味の活動）。 皆が平等に活動でき、偉そうな人がいない事。
137	規律正しい生活をする。定期的に仕事をする。ミニ農園で野菜を育てる。身体を動かす⇒食欲も進む。人的交流（地域活動など）
138	禁酒。
139	敬老会とか老人会とかに参加していない。理由は精神的に自分から老人化する様な気がするから、出来る限り若い人と接触する様に心掛けております。
140	健康、元気な時に仕事に就くことだと思います。年齢及びその人にあった健康状態が大事だと思います。又、別の角度で勉強会、例えばセミナー（健康、社会、道徳、経済、政治等）生涯勉強と体力作り等に行政が関わるように。
141	健康で気をつける。知人、友人との付き合い。外に出て行く（散歩、菜園）。
142	健康で明るく毎日を過ごすためには「生きがい」が大切、そのためには多くの人との縁を深めていくように心がけること
143	健康ナイト体。人とのコミュニケーション。はりのある、夢のある暮らし。
144	健康は体を作ること。
145	健康を兼ねた趣味を持つ事（園芸、グランドゴルフ）で積極的に人の中に入って行く事が重要。
146	健康体操等と戸外軽作業、又は散歩等を段階的に進める等、身体を動かすことから始める。
147	健康第一（ラジオ体操）。人と接する事。考える事。（計算、新聞を読む）
148	健康的な趣味を持つこと、酒を常飲することの弊害を自覚する。健全な飲み方を習慣とする。中年時代からスポーツ技量、気力、体力に自信を持てる様に努力すること。
149	元気であれば仕事をする事。人との会話。
150	元気で過ごす事。
151	現在の経済大国を築き上げた高齢者、しかし今の社会の仕組みは高齢者にやさしくない、死ぬ迄、経済的負担が追っかける。高齢者が安心して過せる心豊かな社会を築きたい。
152	公民館関係か地区役員等が定期訪問等を行い、積極的参加を促す。何かを協力参加したいと思っても、状況が解らず消極的になりがちな高齢者を確認し、共に参加を促す。
153	行政の指導とかでなく自然発生的なサークルetcの企画に重点を置く。自治会活動などは必要として最小限度の事に絞るべき、高齢者社会に取っては負担が多すぎる。

No.	内容
154	高齢になっても多くの人との交わりは大切だと思います。誰もが長生きしてよかったと、思える世の中になる事を心から願います。
155	高齢になると自分が社会から必要とされているかどうかということが、生きがいになってくるので、そのような場が広がってくれば有難いと思います。
156	高齢者が気楽に参加出来る行事（本読み、音楽鑑賞、身のまわりの事）。費用のあまりかからない講習会。
157	高齢者が参加出来る活動などの情報を徹底する。
158	高齢者が持つ潜在的な興味、関心を喚起する手だてをこうじ、それが実現できる機会を作る。
159	高齢者が低料金（実費）で気軽に出かけ、充実感を味合う事ができる仕組みを構築する。
160	高齢者でも仕事出来る者に仕事を提供できる、シルバー人材センターの様な組織が必要。
161	高齢者という事を意識しない。常に心身共に軽い負荷をかける。若い頃を思い出し、やれるだけやってみる。（何事でも）
162	高齢者の介護は高齢者で行う様にする、元気のある人が行う。早くから色々人と交わりようしておく（元気のある内にしておく）。趣味から人と交わり様にする。
163	高齢者の就労の為にシルバーCがあると思けど、余り親切でないように思われる。フォローが悪すぎる。役所仕事で仕方ないか？
164	高齢者の人口が増える中、社会参加等から考えると、女性高齢者に比べて男性高齢者は、外出や外部との接触を面倒がって閉じこもりがちになる傾向があります。従ってこの様な男性高齢者に社会参加を促すためには、外部からの色々な働き掛けが必要です。そのための方法としてまず高齢者に対して「参加してみたい」と思わせるような興味を持てるニーズに合った施設、設備を用意する。また各種の広報活動を通してその内容をPRして十分に理解してもらう。その上で直接家庭を訪問して参加を促す人的な組織をつくる等々が考えられます。この様なことを考慮して、是非我々高齢者の生きがいとして所期の事業が、実施されるようよろしく願います。
165	高齢者大学卒業後の趣味の集まりでの活動や、学校同期会の集会での活動等で社会参加。
166	仕事。話をする事。運動をすること。
167	仕事ができれば、働く事。趣味活動
168	仕事の大切さをしみじみと感じています。人の中に出て行って、色々な情報をキャッチすることだと思います。又定期的に自分のすることを見つけ出すことも大事です。時間にとられることも大切です。
169	仕事をしながら話し相手を作る。
170	仕事をする。外出する。
171	仕事をする。趣味を持つ事。
172	仕事をする事。
173	仕事をする事である。趣味で若干のお金が入れば最高と思うが、現役時代にその考え方は皆無であった。
174	仕事をもって人の中に出て行く事。
175	仕事を持つこと。（自分の健康能力に見合った仕事）
176	仕事を持つ事。年金を十分に出す事。
177	仕事を少しでもする事。
178	私、定年退職後シルバー人材センター会員になり、作業の責任など長年のお客様から感謝されてきた事は良かったなと思っております。社会の為に少しでもなれたかなと思っております。自分では70~80%の点数だと思っているだけです。
179	私は退職後、習い事、家庭菜園を始め楽しむように心がけています。又、健康維持を保つ為毎日ウォーキングを行っています。機会あれば仲間作りをする。
180	私自身については「今日一日を生きる喜び」をモットーとし、今日一日「怒らず」「怖れず」「悲しまず」「正直」「親切」「愉快」に生きる事に努めています。「さしあたるその事のみをただ思え、過去は及ばず、未来は知られず」
181	時間に制約されないのがよい。長時間に及ぶようなものは敬遠する。
182	自ら一歩、過去の自分の枠「経験、生活環境、考え方、生活態度等」から積極的に踏み出すことではないでしょうか。
183	自己啓発 笑顔に務める 他人と積極的に交わる。
184	自身が努力しないとダメですね。
185	自然との触れ合い、山、海、川 その人に合った軽い運動。
186	自分から積極的に行動すること。待っていては誰も声をかけてくれない。
187	自分でやりたい事をまず文字にして見る。その中より出来そうな事からスタートしてみる。健康診断を一年一回は必ずおこなう。
188	自分に合ったサークル活動に参加をすることに依り、自分に合う出来る範囲の健康運動を見つけて実行する事（毎日少しずつから一貫して続ける努力をする）
189	自分に合った仕事をする。趣味。
190	自分に合った仕事をする。趣味を持つ。

No.	内容
191	自分の居場所がある事、居場所を作る事。他人に興味を持つこと。幅広く趣味を持つこと。毎日何をするか計画をたてること。
192	自分の好きなようにすること。
193	自分の事ですが、朝起きてから「さて今日は何をしよう?」と思わなくても良い生活をする事と思っていますが?
194	自分の事は自分で 介護サービスに頼らない 介護サービスは自分でする事の喜び楽しさを見出すような介助の部分より重視すべきである。規律や決まりでしぼるのは自由生活ができないのでよくない。
195	自分の趣味を生かして好きな事(運動or園芸等)をやってゆく事が大切。 一番悪い行動は家に閉じこもるとそうでない人と比べ体力、気力、智力等の低下が激しい。
196	自分の趣味を生かす。
197	自分の小使いは自分で稼ぐ。
198	自分も趣味をいかしているいろいろ行動する事。
199	自分自身が元気であること。
200	自分自身のやる気。
201	自由に時間が過ごせる施設「小さくて良い」を多く作る。そこに出かける目的が見出せる施設。周知を充分に行うこと。
202	自由参加出来る集会。簡単に出来るスポーツ大会。
203	自立への意欲、実践、健康増進、人とのコミュニケーションと生涯現役の気迫とプライドをもって生きる源である。
204	社会に出て横のつながりをする事、人とおしゃべりをする事。
205	社会に役立つことを仕事にする。報酬は僅かでも良い(小遣い程度)。人のためになっていると感じる、人に喜ばれることをしていると、充実した喜びがあるし、やりがいもある。 毎日日曜日はダメ!老いはすぐにやってくる。
206	社会参加に必要な身近な情報提供活動、社会教育関係団体、グループサークルの連携と活動内容の交換。(高齢者の居場所的サロン作り)
207	社会参加は独居老人にめげず、生涯現役日々忘れず頑張っていきたい。
208	社会参加を促すよりも、社会から疎外しないこと。高齢ということで社会の外におく風潮が主流となっている。
209	趣味。体力づくり。好奇心。
210	趣味とかボランティア等を通して人との交流を行なっていく事。
211	趣味と運動と近所の付き合い。
212	趣味に関連付けた有償活動、活動条件の自由さ(日数、時間帯、休み)等が認められるシステムを構築できれば積極的に取り組めると思います。
213	趣味の仲間がいる事だと思います。元気なうちに職場の人達以外にも、釣り仲間、カラオケ等何でも良いから、仲間を作っておくと後で役に立つと思います。近所にボランティア活動の拠点があると参加しやすいのではないかと思います。この辺では聞かない。 奥さんの代わりに、台所や買物をする、料理を作る習慣を早めにする。
214	趣味やスポーツクラブへ行き、そして友達を作り会話をします。
215	趣味を持ち、運動をし町内会などの行事に積極的に係る。 特に災害時に備え、近所の人々との付き合いを重視する。
216	趣味を持つ、外出。(散歩や買い物などなるべく体を動かす)
217	趣味を持つ。よく散歩する。
218	趣味を持つ。家庭菜園、散歩等体を動かす。地域の集会等に参加し、人との交流を行う。
219	趣味を持つ。他人(特に友達)との会話。
220	趣味を持つこと。
221	趣味を持つこと。海に行ったり近くの山に登る
222	趣味を持つ事。(無理矢理でも)
223	趣味を持つ事。
224	趣味を持つ事。動くこと。
225	趣味を生かし他人との交流を積極的に行うこと。以前はどちらかと言うと引っ込み思案の方だったが、ある事をきっかけに町内会との交流ができ今では町内の方々と積極的にお付き合いしている。
226	趣味を生かす。スポーツ等参加を促す。皆が参加できる行事(飲み会、小旅行)があれば良い
227	趣味を多く持つ事。健康で仕事ができること。
228	趣味を多く持つ事。友人を多く持つ事。
229	就労する意志、能力が十分ある。ひとに職を提供してほしい。
230	週に何日でもいいから、社会に出て働く事。収入うんぬんより世に出て体を動かし、友達を作ることだと思います。
231	出会いと感動を求め、積極的に各種イベントに参加して行く。



No.	内容
232	出来るだけ外出し人と交わりを持つ（町内活動、カラオケ、グランドゴルフ他に参加している）
233	女性、男性問わず誰でも親しく声をくださるようになってもらいたい。高齢者でも集う所が欲しい。例お月見会、花見会とか地域で集う会合、誰でも出来るスポーツ『ボーリング、デスコ、グランドゴルフ、ベタンク、地区カラオケ、安心安全で過ごせる会合の集いの参加、費用が安く上がる方法で。
234	女性は地域でも交流があると思われるが、男性（高齢者）は少ないようで地域（町単位）での積極的な働きかけとそれを援助する市や（校区単位も）の運動が重要である。
235	少しでも永く健康で社会に貢献したい。
236	上の通り大変良い事だと思います。
237	色々と活動できる機会を作って欲しい。誰でも気軽に参加できるものでなければならない。
238	色々なサークルに参加して多くの人と知り合うこと。人の意見を良く聞き考え方の幅を広げる。
239	色々の趣味の講習会等して欲しい。
240	触れ合い、趣味、有償労働。
241	心と体の健康。退職後の人生は長いんだと自覚する
242	身体が動く間は何かできるはず、自分の知識、体験、趣味を生かして活動して欲しい。
243	身体が動く間は働くことが大切、お金の為のみでなく、人間として何もしないで遊んで暮すことは良いことではない。動ける限り社会へ貢献するのがこの世に生を受けた者の当然の事。
244	身体を動かし体操等の健康管理をする事で、気力を活性する事。
245	身体を動かす（散歩、戸外へ出る）。バランスの取れた食事をする。人と接する（会話、対話）。趣味を持つ。
246	身体良く動かし、頭を使う事と指先を動かす事。
247	人それぞれに行動する機会（チャンス）を自分で見出す。その機会に動く（入ってみる）行動がないと、目の前に物事は寄ってこない。（意欲を持って行動するしかない）
248	人とかかわっていく事。対話、運動、仕事、新聞をよく読む。声を出す事。
249	人との関わりを持つ事。
250	人との交際で元気に過ごす事です。
251	人と交わりを持つ事と趣味を持つことかな。閉じ込めりとか、うつの方はまず他人と交わる事、話す機会もないのではないだろうか。
252	人の中に積極的に出向いていくこと。小さな島に住む者として、食事配分に留意が必要。
253	人間は人に束縛されることなく、自由に行動できることが大事と思います。
254	人間関係を再構築する。趣味を作りそれにより社会参加を促すとともに、閉じこもり、うつ防止介護予防をはかる。
255	世間と一緒に行動をして、尊い人生をおくりたい。
256	世間にとって、自分は必要な人間であり続けたいと思う気持ちで、日々目標を持って生活する。
257	政治、経済、教育、哲学、宗教、宇宙、何でも自由に思っている事を発表できる場が欲しい。グチでも何でも良い、聞いてもらえる場を作って頂けるといいと思う。色々の話が聞けて面白いと思う。
258	生涯前進あるのみ、休むな留まるな、過去も未来もない。プリンシプルを持って毎日過ごす。
259	積極的な社会の活動への参加意志をもつこと。
260	積極的に何でも参加する。
261	積極的に外にでること。
262	積極的に職業紹介。
263	積極的に人と関わると共に、図書館を大いに利用（各新聞、雑誌、ビデオ、CD等の活用）する。（松山市内をウォーキングをかねてウォッチングする。）
264	責任ある仕事を与えること。趣味活動を活性化すること。小旅行等観光と触れ合いが、行われ話題作りをすること。
265	早寝早起き、腹八分目、運動（歩）という字は止まれ、自分に見合った歩きをする。先祖供養、すべてに感謝、笑は福を呼ぶ、心を許しあえる相手を見つけること。
266	相手の気持を把握し原因解決、話しかけ。
267	体、頭を使って土と遊ぶ、ものづくり一日中動く。
268	体が動くかぎり外へでて働ける場合は働くこと。朝夕、散歩も良いと思うし趣味をもち楽しむこと。
269	体を動かし、人とお話しをする。
270	体を動かし汗を流す。好奇に旺盛である。
271	体を動かし話し相手、趣味を持つ。食生活に気をつける。家の中で自分の役割を持つ。
272	体を動かすこと。人と接すること。
273	体力に応じた有償労働。
274	退職の10年位前より趣味を見つけ、退職後は楽しく生きるようにする事。退職後に趣味を探したりしていると手遅れになります。
275	退職後は、一つでも自分の趣味を持つ事、ボランティア活動で他人との楽しい人生を持つ事。私は一日釣りで、ストレスを忘れさせてくれます。健康にいいと思います。

No.	内容
276	退職後人の紹介及びシルバー人材センターの紹介にて8年間デイサービス運転手の仕事についています。上記全てについてこの仕事は自分にとってベストです。現在68歳、あと2年は続けたいです。
277	退職前は仕事中心になりがちで、地域及び近所付き合いも少なく会社中心となっていた。退職後は積極的に外出したり、近所の方と声をかけたり（挨拶）をするようにする。家の中でじっとしている事のないように。人材センターを利用させて頂きありがとうございました。利用させて頂いたことにより、現在の仕事があります（利用中に旧友に出会い求職できた）。ボランティアであれば有給であれ、活動することだと思えます。
278	第二の人生です、欲得ぬきでお付き合いをすることが大切だと思います。現役時代の役職や給料やその他のことを忘れて、改めて高齢1年生の出発だということを実感することも大事ではないでしょうか。（開き直りですね）。私は「みんな仲良く面白おかしくやろうや」が口癖です。
279	誰と問わず、多くの人と会話し、行動を起こす事。
280	短時間の仕事でも良い。体を動かせる仕事を持ち、生活にリズムを持つべきだと思います。目的を失うと健康にも影響し病気になる危険も大きくなると思います。
281	男性は行き場がない。一度太極拳の教室を妻に勧められ、一日体験講習を受けたが参加者の割合は女性が99%で男性は私を入れて2人のみ、次回からやめました。又男性が気軽に行ける場所がありません。私がよく散歩するコースで御幸の愛大寮の南側大川に面し地藏堂の横に、近所の人が作ったと思われる屋根を掛け、持ち寄った古い椅子を6脚置いている休憩所ないし、集会所のようなところがあり、いつも男性の高齢者が腰を掛けておしゃべりしているのを見ます。最近では時々女性の高齢者（おばあさん）も見かけます。私は町内も違うし、顔も知りませんので、声掛けてみようと思っても躊躇してしまいます。。特に男性の場合はこういう肩肘張らない場所が必要だと思います。今テレビで四国遍路をお接待する善根宿のことをして思うのだが、お接待ないし善根宿のような（宿泊はなし）場所があるとよいと思う。
282	知人、友人、話し相手を作る。
283	地域のコミュニケーションが大切だ。
284	地域の人達との交流。趣味、工作等を楽しむこと。
285	地域の民生委員の力を借りて、積極的に相談にのってあげれば、良いと思う。
286	地域活動に身近に参加できるようになればよい。
287	抽象的にいえば、常に社会との関わりを持つこと。自から進んで他人との話し合いに参加する。趣味にはある程度の費用負担が必要であり、自分自身でお金を稼ぐことが大事である。
288	町中で声かけ。
289	長続きする趣味の活動を見つけ、継続する事。
290	適度な緊張感のある環境の中に身をおくことと思う（仕事でも、趣味の活動でもよい）。身心とも健全、健康であること。
291	適度な仕事を持つ事により、外出もでき人にも会い、刺激を受け充実した生活を持つ事ができる。
292	天気の良い日は外に出る事（時間と頭と体力）とを自分単位で計画立案？毎日ラジオ体操をする。万歩計で1km位は最低歩く事（実績万歩統計をとる）。一日の行動（計画、実績）記帳する、できれば（一週間、一ヶ月、一年）予定表作成（国民の祝日、二十四節気を入れる事）（注）時間的余裕が来てくれば、自分の出来る社会参加を考えては？ 第二の人生設計を肩のこらない面白く立ててみては？
293	同じ趣味の人々が寄り集まり話し合う事が出来れば良いと思う。
294	同じ趣味を持つ人が集まると自然と話が弾む、そして社会参加を促すこととなり、そうして友達ができてくる。現在既に趣味の会があると聞いているが、あまり多人数の会は（現在のカラオケ会）好きな人も多い、細分化して会に溶け込みやすくするのも、一つの方策と思う。また、囲碁、将棋などは実力毎にいくつかのクラスに分けることによって楽しさを出す、等の工夫も必要と思う。
295	同地区のメンバー例えば同趣味の者と、一泊程度で近郊の撮影や旅行に行きたい。
296	日々の生活に感謝、豊かな心で楽しく過ごす事。腹を立てない事、笑って楽しい気分になる。
297	年をとると段々と体が弱くなり、すべてに消極的になる傾向があると思われれます。その為外に出るのが億劫になりがちです。（自分の両親を見てきた経験ですが）そこで青空の下で、或いは緑の花のある公園等に連れ出す企画をしてはいかがですか。座談会、食事会等はいかがですか。
298	年金に応じた仕事をさせる事。ボランティアの出来る人を積極的に活用する。
299	半分仕事半分ボランティアで、人との関わりが大切ではないでしょうか。
300	夫婦であれば優しく本人の気持ちに興味がなげ、会話の言葉使いに注意。2人でよく会話をする。更には外出して、色々風景を見たり場所の変化に付いてよく話し合う。
301	閉じこもってはいけない。外出すること。
302	閉校（小中学）が利用出来るようにしてもらいたい。（サロン、喫茶、木工、画、自由に遊べる場所）。毎日弁当、コーヒー持参でいきます。
303	歩く。
304	本人のやる気が一番。
305	本人の自覚。
306	本人の日頃の考え方、気のもち方（感心を持つ）。人様とコミュニケーションをとる楽しさを知ろう。他人と交流を持つと努力が不足。（私を含めて）

No.	内容
307	夢、希望を持って何かに挑戦する事だと思います。笑顔を忘れず、ボランティアに参加してみたいと思います。好奇心は常に忘れず、お陰様での感謝の気持ちです。 毎日の張りを、適度な運動を週に一回水泳、ウォーキングで健康維持してます。
308	友人との交流、お互いに年の違いを考えず年上下関係なく、自分の考えを何気なく上下の関係なく、付き合っていく事が長い付き合いが出来る。
309	友人を作り会話をする。毎日ウォーキングをし体を動かす。
310	誘い合い。
311	高齢者が社会参加するよう、皆が考えて条件を広め、知恵の隣人の輪、地域の輪を広めたい。
312	隣人との絆作り、朝夕の声の掛け合い。
313	老人だから何かをしてもらうのではなく、体が動く間は、自主、自立を考えて行動する事。 趣味を広く持つ事。テレビ人間にならないこと。
314	老人に適したスポーツ等を実践する、あるいは知人と飲食して気分転換する。
315	話し合える友達を持つこと。 仕事をする事。 趣味を持つこと。
316	話相手を作る、声を掛け合う事が大事。一言誘って頂けたら、出やすくなるのではないかな。
317	・週刊誌（雑誌・新聞）を読むこと。 手足を動かす事。 人と話す事。
318	1.何でもよいから興味を持つこと。2.学習すること。（自ら調べる。講座、セミナーetc） 3.同好の志を求めて、グループに参加すること。4.社会に貢献出来る活動へ積極的に参加すること。1～4により男性にとってはイキイキサロンはいらない。
319	1.外に出る事。2.野菜作りでもする(土地があいている)。3.公営の温泉にでも行く(安いから)。4.自分の事は出来るだけ、自分でする。
320	1.外出してより多くの人達との接触を持つこと。 2.集合など人の集りに参加した時は気軽に話しが出来る雰囲気が大切。
321	1.外出して人と話す 2.自分の好きな事をする。
322	1.規則正しい生活をし病気になるよう健康管理をすること。2.知人、友人を作りグループ活動に参加すること。 3.家族と楽しく過ごすこと。
323	1.健康に留意する。2.地域の集会には積極的に参加する。3.趣味を生かし交流を深める。4.出来得ればボランティア活動にも積極的参加する。以上を心掛け、近隣住民との交流を深めることにあるとと思います。
324	1.健康管理 2.知人友人との交流 3.旅行
325	1.仕事を持つこと。2.趣味を持つこと。
326	1.自分なりの趣味を持つこと。2.共通の趣味、娯楽を持ち、友人がいること。3.家族みんなが健康であること。
327	1.趣味を持つ 2.運動
328	1.先は健康でいる為に軽い運動(ウォーキング、ジョギング等) 2.自分の好きな趣味を持つ事 3.体の動く内は外出し閉じこもらない事 4.ボランティア活動などに積極的に出向く事
329	1.地域へ仲間入りする 2.話し相手がいる 3.出かけるきっかけ。
330	1.地域社会の役割、会合等へ出席(町内会、自治会) 2.菜園等、食物を育てる。(目標、行動、育つ楽しみ)
331	1つではなしに、まず外に向けて出て行く事 これが先だと思います
332	1人ぐらしなので孤独死心配 グループホームのように他人でも仲良く楽しく住める施設をたくさん作って欲しい。
333	1日に1回は外に出ること。 趣味をたくさん作ること。
334	いっぱい外に出て人と接する事。
335	いろいろな会合にでて、いろいろな人と交流すること。
336	ウォーキング、人との会話、歌う事、外に出て遊ぶ事。
337	ウォーキングにより友達をつくる。
338	ウォーキングをする。
339	うつのかすりに頼ってはいけない。一人で考えないで誰かに相談すること。趣味を探すこと。 薬はだんだんきつくなってゆくの怖い。
340	カラオケ等のサークルに入る。
341	くよくよしないで、ストレスをためないこと。
342	孤独にならない事。
343	ゴルフ等の友達のコミュニケーションが大切。
344	サークル等の参加。
345	サロンがあっても遠くなので行けない。 年の事も考えて欲しい。
346	サロンにマージャンがあれば良い。
347	サロンに自由に出入りが出来ること。費用の低い所。
348	しっかり食事をとり頭と体を動かす。
349	ジム等に行き健康へ関心を持つ。

No.	内容
350	シルバーに入会すれば人との交流もあり話す事もできる。
351	シルバー人材センターをもっと利用することを考えたい。知ってはいても、どのようにしたら良いのかわからない。もれなく浸透させるにはどうしたらいいか考えなくてはならない
352	スポーツ(ゴルフ)
353	スポーツサークル等の色々なサークルを開催して欲しい。自分の好きなサークル活動をしたい。
354	スポーツジム等へ行き趣味をひろげる。
355	スポーツをする事が良い。
356	スポーツ活動。
357	ツアー旅行、人との出会い。
358	ツアー旅行が良い。
359	デイサービスの充実。内容を深いものにする事。
360	デイサービスへの参加。
361	テニスなど同好のものとは、ものを言わなくても、気心がわかり安心して、何でも話せる間がらに、すぐなれるので身体も気分も緊張せずリラックス出来る。子供見守り隊も子供に感謝されると楽しみになってきます。
362	とにかく外に出ることだと思います。
363	なるべく外出すること。
364	なるべく人とのふれあいの場所に出て行く。
365	ふれあいサロン、生きがいデイサービス等、近くにあって利用が簡単だとよい。
366	ボランティア活動。
367	ボランティア活動する。
368	まず外に出て 人とふれ合う事です。
369	まず健康あつての社会参加だと思います。それぞれ各自が行なっている健康法について意見発表(交換)して健康意識を高めることだと思います。 参考までに、小生は、 1. 平成18年夏、富士山へ初登頂(71歳で) 2. 平成17年8月21日(誕生日)から現在まで(続行中)愛媛新聞の社説記事の書き写し。(70才を記念して書き始め) 3. ウォーキング(可能な限り朝夕)の実施。
370	まず本人が参加しようとする意識がないとむつかしいと思います。その為には近所、町内の方と仲良く、親しくなり素直な気持でお付き合いをする。したいという気持を持つ事だと思う。いい年をして人に助けってもらうのではなく積極的に出てゆく。
371	まだ自分の事でいっぱいです。
372	みんながほがらかに人の和をつくりひきこもりなど自分には考えられない。
373	よく外出し、グランドゴルフ等、多くの人が集まる所に出て行く事。
374	安全な釣り場を作って欲しい。
375	一人で行ける居酒屋を見つける。(交流)
376	一日一日大切に生活する事。
377	遠くでも自分に合った場所、元気な人と一緒がいいです。
378	屋外用のサロンを作って欲しい。
379	何かに興味を持ち、挑戦の気持をいつまでも持ち続ける。前向きに、いつでも大声で笑える状況環境を作ること。下心なしで、色気を持つこと(妻に対しても)大事な事。言葉は悪いがすけべ心を(いい意味で)持つこと。若さの秘訣。堅苦しくなく、冗談が言えて、冗談を受け入れる心を持つこと。
380	何にでも興味を持ち行動すること。仲間を作る事。
381	何をしていいかわからないが家に何かパンフレット(チラシ)が入れば趣味が見つかるかも。
382	家から外へでること。
383	家で一人きりにすると良くない。社会参加の意味も含めて軽い仕事等を与えるのも良いかと。
384	家にばかりいたらだめ、なるべく外に出て人とおつきあいをすること。
385	家に閉じこもりはいけない。趣味を生かして人づきあいを。定年後73才迄パートで働く。
386	家族とのきずな。
387	家庭の人が進めると良い。
388	家庭菜園で作ったものを分け合ったり近隣の人とふれ合いを持つ。
389	家庭菜園をすすめます。
390	過去の経験、趣味を生かせる場があれば良いのでは。
391	介護予防とか引きこもり等は参観方法によると思います。人と人との信頼感をまず考え順に行う事が正しいと思います。
392	会って話し合いをする(傾聴)
393	会食の交流。
394	皆の中に出て行き趣味を見つけ、仲間と楽しく過ごす事。
395	外に出たくても歩いて行ける場所がない。集まる所もない。

No.	内容
396	外に出てコミュニケーション等をとる(散歩等で知り合いになる)
397	外に出てのスポーツと人の交流。
398	外に出て趣味とか、スポーツの仲間を作って、おしゃべりをする事。趣味を上手に生かすこと、これに限る。
399	外に出て身体を動かす
400	外に出て友達を作り話をし交流をする。
401	外に出る。 趣味を持つ。
402	外に出ること。
403	外に出ること。よく歩く。
404	外に出ること。格安でみんなで声が出せること。
405	外に出ること。人と話す事。
406	外に出ることが苦手な人に一言声をかける。
407	外に出る事。
408	外に出る事。出来る事なら多くの人と会う事。
409	外へ出て、スポーツクラブ等に参加すれば身体も動かすし、人とも話をするので、良いと思う。
410	外出。人とのふれあい。
411	外出して、色々な事に参加すると話もする様になるので、外に出る事だと思う。
412	外出して、人と関わり話をする事とか趣味を持つこと。
413	外出して人との交流をする
414	外出して人と話し、カラオケを歌う。スイミングクラブに行つて体をきたえる。私のしている事です。
415	外出して多くの人と会うこと。
416	外出すること(体を動かす、人と話す) 趣味を持つこと。チョットだけ社会に貢献する気持ち。
417	外出すること。
418	外出すること。人とお話をする。趣味を見つける。
419	外出して人と会話をし食事をしたりして有意義に過ごすことが大切である。(一期一会)
420	外部の人と接触したりジョギングなど生活の一部に人とのふれあいを持つ。
421	楽しいことをする事。
422	楽しい事をする
423	楽しく出来る趣味を生かし、ストレス無く生きる。
424	簡単な体操と一緒にしてくれるところ。
425	気持ちの合う友達をいかにして多く作る事かと思ひます。
426	規則正しい生活をする。 食事とか運動とか外出して人と会話する。楽しく笑顔で声を出して笑う。
427	記憶力の低下が原因で知人、友人を作り難いのが悩み。折角、顔見知りになつても、思わぬ処で会つても見忘れていて気まずい思いをさせたり、したり(これは自業自得)人違いをして自己嫌悪に落ち入つたりで、世の中なるようにしか成らぬと割り切っている。
428	旧来からある社会の風習(お宮の行事など)をたやさないよう。子孫に引き継ぐ活動を各地域単位ですすめる。(引き込みタイプの人が多いから半強制的に地域活動に引っ張り出すこと。
429	魚釣りが好きだけれど、危険な場所があるので整備して欲しい
430	強い自意識欲が無ければ、いくら周辺環境と状況を設けても、役立つものに又、対処が難しいと思うが、 1. 身近に町内での高齢者の集会(顔合わせの)や、懇親会、食事会を設け、互いの顔なじみを図る交流会開催。(日頃の付き合いがなく、どの様な人達がいるか不明) 2. 参加は互いの自我を捨て、和をもつての交流(常識良識をもつて接触) 3. 趣味の輪、旅行等を拡大し、積極的にサロン展開を図る。(色々な興味を持つ意識拡大へ)
431	興味を広げてスポーツやカラオケ等を楽しむこと。
432	興味を持つ事。
433	近くで談話できる場所。
434	近くで歩いて行ける場所。気軽に誰でも入れる所。
435	近所づき合い。
436	近所の人達とコミュニケーションをとる。
437	近所の人達と仲良くする。
438	近所の掃除 声をかけ又かけられる。
439	近所の付き合いをする。
440	近所の連絡、付合いを密にする事により互いに助け合う事が大切だと思う。
441	経験を生かしたボランティアへの参加。
442	健康であれば、出来るだけ仕事を続けて行くことが大切。
443	健康で自身の事が出来、好きな事をする。 同じ趣味の人々と話す。ストレスをためない。
444	健康で趣味を持つこと。
445	健康に気をつけて毎日を充実して過ごす事。
446	健康に留意し医療費削減を計り、若者世代に迷惑が掛からないよう努力すべきと思う。

No.	内容
447	健康や栄養など、簡単に話を聞いてアドバイスしてくれる場所。
448	嫌な事でも前向きに行動をする。
449	現在、仕事をしているので、自分のことは考えてない。友達、話し相手を作ることと場の設定が大切。楽しいことややりがいのあることをしてみるのだと思います。
450	現在、町内会長、広報委員、地区高齢クラブ等、ボランティアに参加し、リーダーシップをとること。
451	現在81才ですが、シルバーに在職20年位でした。閉じこもりが悪いですね。朝6時に起きてみんなの体操をしてそれから1日が始まり、体に良い事があります。風邪を引かない、お腹を壊さない。何事も健康ですね。
452	孤独死をなくすような国の制度を作ってほしい。
453	戸外に出る様にする。
454	公民館などで参加し易い行事(習事)などをしてもらおうと、近所の方達とコミュニケーションがとれて仲良くなれていいと思います。
455	公民館活動他、地域の人との交流。
456	好きな事をする。
457	考えた事がない
458	高齢クラブへの入会(働きかけ)→松山市の場合は60歳を過ぎれば入会が可能であるが、私個人としては未だ入会は考えていない。カルチャースクールへの入会。
459	高齢者に簡単なクイズをすると良い。
460	高齢者の社会参加者を予防に設立します。
461	高齢者を対象(60才以上)にした軽スポーツの出来る施設を利用できる。心身のリフレッシュ
462	今はしんどいが趣味が出来る所があればいい。
463	今は孫を見ているので考えたことはないが、皆んなでワイワイ話せる部屋があればいい。
464	菜園(野菜づくり) 同趣味の人と情報交換
465	雑談が出来る場所が欲しい。
466	散歩。
467	散歩、人に声をかけ、又かけられる。
468	散歩やジョギングをする。
469	散歩をして人に声をかける、またかけられる。
470	散歩をするなど外に出る事。
471	仕事(有償)を与える事。
472	仕事、人と接する。身体を動かす。笑う事。
473	仕事。話をする事。運動をすること。
474	仕事があるのが1番です。
475	仕事する事、趣味の時間を多く取り、食事を楽しくを心がける
476	仕事する事。
477	仕事する事。
478	仕事でも趣味でも友人でも生きがいを見つける そのための手助けをして欲しい
479	仕事をしてきた時の経験を生かす。
480	仕事をする。
481	仕事をする。身体を動かすこと。外に出て行く。人と交わること。
482	仕事をする事。
483	仕事を希望の人はどんどんすると良いと思います
484	仕事を持つ。趣味を持つ。
485	仕事を持つこと(自分が何かをしていること。)有償無償に関係なく趣味を生かして友達作り。
486	仕事を持って人の中に出て行くこと。
487	仕事以外にも楽しみ(趣味など何でも良いので)を現役の時から見つけて少しでも、その為の時間を確保するように努めること。
488	仕事関係で仕事上のボランティア。(無償)
489	仕事関係で仕事上のボランティアへの参加。
490	私はフィットネスクラブに通っております。病気の予防や健康維持には効果的だと思います。話す機会も多くなります。
491	高齢者になり会員の仲間と仕事で和気あいあいと作業する事で足腰の強化と健康で快適。
492	詩吟をしているので続けるつもり、家族や友人と旅行したり、話し合う。
493	資格経験を生かすとかにかく出歩く事。
494	時間が長い。静かな場所がいい。家が一番。
495	時々、友人と会うようにしたい。
496	自治会等のお世話をして人とかかわる。
497	自治体、地域の方が関心を持ってあげること。
498	自宅外で活動出来る趣味。友達を持つことです。

No.	内容
499	自分から外に出る努力をする。
500	自分でする事を見つける。
501	自分で簡単な食事を作って食べる場所。
502	自分に似合った仕事を探し、働き、遊ぶ、人と関わる。
503	自分の垣根を取り払う。青い空を眺め雲のうつろいをみるのも楽しい。なんでも良い音楽を楽しもう。足を使うこと。
504	自分の楽しみを見つけること。ストレスなく過ごすこと。
505	自分の好きな事、友人、知人を多く持つ。今は仕事をしているので体も元気だが、仕事を止めたら旅行とか、ボランティア(地区の人の役に立つ事をしたい。)
506	自分の好きな事をする。家族と仲良くする。
507	自分の好きな事をするようにして気楽に暮していればいいのでは。
508	自分の事は出来るだけ自身で。毎日ジョギング。本を読む。新聞を見る。友達と交流。
509	自分の趣味。人と会うこと。
510	自分の趣味にあう集会がない。
511	自分の趣味を見つけて参加する。
512	自分の身体に注意する事。
513	自分の多くの人とゴルフを楽しむ
514	自分の得意なことを通しての交流。
515	自分の役割を持ち楽しんで動き、話す。
516	自由に手軽に外に出る所。
517	自由に生きる。
518	社会に参加する気持ちが大事。
519	社会のすべてのことが自己責任です。 心意気のない方に促進することは非常に難しい。発意を以って行動する。 正しい、解りやすい情報は大切ですが、余りやさし過ぎることは、かえって結果が良くないことが多い。
520	社会貢献ができると今の心が満たされる。行動範囲を拡充したい。
521	社会参加
522	社会参加が少なく、閉じこもりがちであれば、うつが表われてくるのは考えられる。この場合「言葉」で外出し、社会参加を促すのみでは、逆効果であり、本人の趣味や興味を示す内容に合ったイベントなどにさそい共に参加し、イベントの楽しみ等を通じて周辺、人々と馴染め次回のイベントを楽しむような環境を作り出すことが必要かなと・・・、ほんの一例であるが・・・。
523	社会参加にメリットを与える。
524	若い人と話すのがいい。時間が長い。一人で好きなことする方がいい。まだまだ元気。車も乗れるのでどこでも好きな場所に行くことができる。
525	趣味であるゴルフを楽しんで友人を多くつくりたい。
526	趣味の会に出向く。人と話す。
527	趣味の活動を充実させる事。
528	趣味の活動時間を多くする
529	趣味の集まりに参加して話す事。スポーツ(軽いスイミングなど)する。
530	趣味の世界に生きること。
531	趣味や自分のしたい事が生かせる集まりがあれば、外へ出て行くのではないか。
532	趣味をつくり趣味を生かす。
533	趣味を見つけて外にでる。友達をつくる。
534	趣味を見つけて参加する。
535	趣味を見つける。外に出て友達をつくる。
536	趣味を持つこと、及び実践すること。
537	趣味を持つこと。
538	趣味を持つこと。
539	趣味を持つこと。
540	趣味を持つこと。
541	趣味を持つこと。
542	趣味を持つこと。
543	趣味を持って、人とのコミュニケーションをとる。(町内会の世話、民生委員等をしている)
544	趣味を持って楽しく過ごす。散歩する。
545	趣味を持って楽しむこと。
546	趣味を持つ事 外出 ウォーキング。
547	趣味を生かしそれを楽しみに過ごすこと。
548	趣味を生かして人と関わる事。

No.	内容
549	趣味を創って人中へでて友達を沢山つくり遊んだり考えたりしながら脳の活性化をしていけば上記の病状は多少違ってくると思われます。
550	趣味を多く持ち、出来るだけ外出し楽しむ事。
551	趣味を多く持つこと。
552	趣味活動 小旅行。
553	酒場に行く。
554	出来るだけ町内会の事業に参加する。
555	常に目標を持って仕事を一生懸命する事。
556	職業がある。
557	食べ物とか体力をつける様気をつける
558	塩分を控え食べ物に気をつける。(家内の料理が最高)自分にあった趣味、仕事、野外活動。
559	食事などに気を付ける。
560	食事に気をつけています。
561	食事に気をつける 会話をする 外出をする。
562	食事に健康づくりに役立つようにしている。
563	食事に注意している。
564	心穏やかに持つこと。 外出を心掛けること。 ささいな事でも良いから趣味を持つこと。
565	身体を使う 目標を持つ
566	身体を動かすこと。ハイキングに行ったり、人と話し合うこと。
567	人が心を通わせ助け合って生きること。何事も最初から最後まで誠意をもってかかれないと成し遂げられないこと。何でもよい趣味を持つこと諦めないで自分なりの努力を続けること。お金も大事だがまずは健康であること。
568	人とかかわること。
569	人とコミュニケーションをとること。
570	人とのコミュニケーションをとること。
571	人とのふれあい 家族との会話。
572	人とのふれあい、会話。
573	人との会話。
574	人との会話。
575	人との会話 散歩でもいい運動。
576	人との会話をする。
577	人との交流。
578	人との交流、スポーツ、カラオケ、趣味を持つ。
579	人との交流、町内会での活動、スポーツ、カラオケ、自分の好きなことをする。
580	人との交流の大切にし、趣味にいそしみ、家族も大切にすること。
581	人との交流をはかる。
582	人との対話。
583	人との対話。
584	人との対話を大切にすること。
585	人と会って話す事。
586	人と会話する事。
587	人と交わる事。
588	人と人との交流。
589	人と人のコミュニケーションを持つことだと思います。
590	人と接し話したり、地域の役に立つボランティア参加、温泉に行ったり旅行をする事。
591	人と接すること。散歩をすること。自分が楽しいと思うことをすること。
592	人と話す事。
593	人と話す事。
594	人にかかわることで予防出来る。
595	人の交流。
596	人の幸せを願って、関わりを持つ。
597	人の集まる所で無料参加出来る所。(カラオケ)
598	人の中に出て行く。家の中にこもるのは良くない。
599	人の中に出て行く事。野菜づくり、花を見たり、作る事。夫婦でカラオケに行く。楽しみを見つけて行動する。
600	人の中に入って、話をする。
601	人の役に立つ事を続けること。
602	人前に出ること。誰とでも話をする事。



No.	内容
603	人付き合いが大事
604	生きがいを作る事。
605	生涯現役で働く事。
606	声かけ運動。
607	積極的に外出する。
608	先ず近隣地域とのふれあい。
609	先づ町内会活動をする。
610	先に出て行く事。
611	前向きに生きる。
612	他の人と接することを心掛ける。
613	他人との会話。
614	他人との交流を持つこと。
615	体を動かしましょう。散歩でも農作業でも良い。
616	体を動かすこと。
617	体を動かすこと。
618	体力をつけておく
619	体力をつける為にスポーツジム等へ行く。
620	体力造りをして、人とかかわる様な生活をする。
621	退職会の会参加。
622	退職後、家に閉じこもりがちになる。
623	退職前から教育し、何か生きがい(趣味等)を作らせる。
624	大事な友達を作る事、遊ぶこと。
625	第一は何かを見つけて外に出ること。一声掛けて欲しい。
626	誰とでも会話する様にする。
627	男の館、時事放談会を開催すること。ペット等と戯れ、内面のモヤモヤを取り除くこと。
628	男性だけのサービスがあるといい。
629	男性は会社人間で会社とか仕事しか知らないことが多いので会社の外を見る事が必要だろう。その為には仕事以外の好きな事を見つけるのが必要なのかな。
630	男性は女性にくらべて、何事もおっくうになりがち。 特に1人暮らしの方など見落とさないように地域の近所と細かく心を配って行かなくてはと思う 気軽に声をかけあうこと誘いあうこと。 みんなが心がけなくてはと思う。
631	知り合いとカラオケに行って飲む事。歌う事、散歩する事。
632	知り合いのお手伝い等。
633	知人と旅行などをする。食事会を多く持つ。
634	地域での運動クラブや文化サークルなど、利害を離れた人的交流を促すこと。 60代7名を含む13名で町内会ソフトボールチームをつくり、毎週練習しているが、とくに高齢者の方が健康を考えてか練習に熱心である。
635	地域での交流が大切だと思います。
636	地域での声かけ、ボランティア参加(登下校の見守り、清掃など)すること。 一日一度は外に出る用事を作って、他の人と交流をはかるようにすることを目標にして生活のリズムを作ることを心がけること。
637	地域で役割を分担する。(ボランティアスタッフ、防災スタッフ)
638	地域との交流を大事にすること。
639	地域のボランティアに参加出来る場所があれば良いと思う。
640	地域の安全を見守る。
641	地域の行事に参加する事。家族と仲良くする事。
642	地域の高齢者クラブへの参加役割分担。地域への社会奉仕 エコ環境保身に努める。
643	地域の集会所等でのカラオケ、ふれあいサロンへの参加促進。 女性はスーッと地域住民の中に参加するが、男性はなかなかよう入らない。 近所の地域活動に参加している人からの呼びかけが一番良いようだ。 一歩踏み出しても以外と継続性はない人も多い。
644	地域の色々な活動、催し、サロン等に出て行くこと。一人ぼっちの時間をなるべく少なくすること。 パソコンも程々が良い。
645	地域の人のお世話(介護者などを世話)などをする。
646	地域の民生委員に相談する。
647	地域の役に立つ事。(ボランティア活動) 私は夫婦で旅行したり、自分の好きな事。(野球観戦) 近くの温泉めぐりなどしたいと思います。
648	地域の老人クラブ等の活動を活発に行き事。自分の技術や力量を活かす手だて、場所の確保。

No.	内容
649	地域や社会にとって役立つ存在として活動していけることが意欲を失うことなく、年を重ねていけるのではないかと 思う。
650	地域社会との関わりを持つ様にする。
651	地区のボランティア(神社、農業)の為、いろいろの世話をし、地区の役に立つ事をして来たので、知人も多い。出 来る事は <b>役員</b> とかした方が良い。
652	地区の役など積極的に引き受けて、自分が必要とされているのが実感出来れば、閉じこもりなどしていらなくなる のではないかと思う。
653	仲間と共に活動する。
654	町内、地域と関わりを持つこと(ボランティア活動、役員を引き受けるなど)
655	町内の活動に参加すること。近所の人達との付き合いが必要だと思います。
656	町内の人との交流を大事にすることと思います。
657	町内会の行事には積極的に参加すること。
658	定年後→副業(60才迄)→用職78才迄→仕事される→ほぼ毎日外出 人との交わりが大切。
659	定年後の体力づくり。(ぼけ防止のための趣味を持ち生涯スポーツが楽しめるように体を動かす習慣を身につけるこ とが大切だと考える。
660	適当な運動。
661	適当な趣味を持つ。適度な運動をする。
662	天涯孤独1人ぼっち過去に精神病院に入院経験あり、今グループホームに住んでいる こういう施設をたくさん作って欲しい。 病院を退院しても部屋を貸してくれる所がないので行く所がない今、私はとても幸を感じています 孤独死の心配がありませんので
663	土いじりしたり、太陽にあたる活動をする。
664	頭の体操、身体の体操。
665	頭を柔らかくして、いろいろな事に興味をもち外に出る。
666	動くこと。 趣味をすること。
667	特効薬はない。
668	内にこもらないで、外に出る機会を増やす。
669	内容が良くわからない。人格を高めるようなものが良い。
670	日頃の身体を適当に動かすことをする。人との関わりを持つ。
671	日々の生活に計画をして、その事を実行する。趣味をおおいに活用する(事主にゴルフと飲み会) 余暇時間の活用として兄の農業の手伝い。町内ボランティアは広報委員、防災士、公園の会長をしている。
672	年をとっても働く場所を持つこと。
673	費用があまりかからないこと。近くに談話する場所があること。
674	物事に対して前向きに色々な事に対して積極的に参加すると共にストレスをためないようにする。
675	閉じこもらず外の空気を吸い人との対話をしストレスをためない様にする。
676	閉じこもらない事。出来るだけ人と話し合う事。
677	歩く事。
678	歩く事、よく立ち話など、人々と会い何でも話して居よう。
679	忙しく動き回る事(フットワーク良く)。子供達に必要と思われる事。
680	本人が意欲をもつ事。
681	本人の自覚。
682	毎日、家にいれば頭が悪く、うつ病に成りそうです。私は釣りに畑に時間をつぶしております。
683	毎日が充実して楽しければいいのでは。
684	毎日の食事があればいい。
685	毎日少しの時間でも良いから続けて仕事がしたい。仕事内容を年寄り扱いしないで欲しい。
686	無我で軽い運動が出来る場所。廻りの人達で誘い合って歩くこと。
687	無理のない運動。外出をして人と会話すること。
688	明るく生活すること。
689	目的がなくても外に出て自然に触れる。外に出れば友達もできる。
690	野菜作り。
691	野菜作りを手伝ったり、買物にも積極的に出る事。
692	友情を大切に老人会に進んで出席して何事も前向き考えて生活するように努めています。
693	友人、知人、隣人との対話の機会を増やし、日々の生活の糧としたい。
694	友人、知人と温泉に行ったり、夜、カラオケに行く。お酒を知人と飲む。スイミングに行く。
695	友人とよく遊ぶ。
696	友人と集まって飲む事。
697	友人をたくさん作る事。
698	友達をつくる。趣味を持つ。旅行する。

No.	内容
699	友達を作り、話しすること。
700	友達作り、だれとも気楽に話が出来る事、内容はなんでも良い。まず自分の事がしゃべれる事も大事です。
701	友達等と世間話をするボケないと思います。
702	有給の仕事をしてもらうことが良い。給与の額にはこだわらないと思います。
703	遊び心をもって、一日一日が自分で楽しいと感じること楽しくする。特に趣味とかを生かして。
704	旅行とかあると良い。
705	恋愛(ときめきがある事)
706	老後の資金に心配なくストレスをためない事だと思います。
707	老人になったからと云って年齢を気にしない。常に夢を持って生活する事が大切だと思う。
708	老人の交通ルールを教えること。
709	老人会などの集まりには出来るだけ参加して人の話を良く聞き、自分も話しかけるようにしていきたいと思っています。
710	話し合い。
711	話し合いをしたい。
712	話し相手がいる。
713	会話。
714	家族だけでなく、人間関係を築ける友人を数多く持つことが必要だと思います。定年退職してから、時間を有効に使うことに苦慮しています。趣味だけでなく、社会との関わりの中で残りの人生を生きて行きたい。
715	外に出ること 交流をはかる事。
716	近隣の付き合い 友達の付き合い。
717	健康に気をつけて何事にも興味をうしなわない事。
718	仕事をする事 ドライブ。
719	自分からイベントに参加すること。
720	若いうちから社会教育として、コミュニケーション能力を育てる。
721	趣味。体力づくり。好奇心。
722	趣味、運動、カラオケ。
723	趣味、生きがいを持つ事。
724	趣味をとおしての交流、地域でのイベントに参加する事。
725	趣味をもつ。
726	趣味をもつ。
727	趣味を作る事。外に出ること。
728	趣味を持つこと。
729	趣味を持つ事。
730	趣味を持つ事。
731	趣味を持つ事。
732	趣味を持つ事。
733	趣味を深める。
734	人との交流。
735	人との交流。
736	人との交流。
737	人と触れ合う事。
738	人と話しをすること。
739	知り合いを多く作る事。私の最も不得意なこと。
740	仲間がいる事。
741	長生きを求めず、地位や権力は求めず、財力もいらず、そうすることによってよくはなく後はプラスのみにてんじ前の生活より向上な生活が出来る。この一番の条件は人に対して愛を持って接することである。
742	働くこと。趣味を持つ事。
743	特技、技術の場を増やす
744	本人がしっかりする。
745	余暇を有効に使う。
746	利用出来る場所が近くにあれば良い。
747	1 趣味と実益が兼ねれば一番良いことであるが、そうでなくてもボランティアを行い、社会に少しでも還元出来れば良い。 2 軽い運動や自由な会話を楽しめる場所があれば良い。 3 趣味(何でも良い出来るだけ金銭のかからない)を持つ必要がある。 4 男性高齢者等が俸給が少なくとも、自分の体が知力に応じた働き場所が多くあれば良い。

No.	内容
748	サークル活動の参加し触れ合う事。
749	ツーリング 犬の散歩 適度な運動。
750	ボランティア活動、自治会活動に参加すること。
751	ライフスタイルの個人差がありますが、残りの人生ポジティブに今日を精一杯生きようと思う本人の気持ちが大事だと思います。
752	以前三瓶町で五年間お年寄りを集めて牛鬼制作をした。このようなサークル活動を色々と市が中心としてやっていけば男性高齢者が出席しやすくなると思うしやった事がある。
753	一生仕事を持ち一生勉強し一生楽しみを持つ事。
754	牛鬼的になる。
755	好きな事をする。
756	死ぬまで現職。
757	自ら何か一つは趣味を必ず持ち実践することにより生きている事の充実感幸せ満足感を感じて生きる事だと思います。何事も善意に受けとめゆるす心を持って人と交わりプラス思考で生きる事だと思います。
758	自分の気持ちにそって毎日やりたい事をしたりする。
759	自分の体力と能力に応じた仕事を続ける。趣味を生かしつつ地域社会に貢献する。
760	自分特徴を生かせる場(ボランティアの場)があると良い。同じ思いを持った仲間同志が集える場があると良い。
761	趣味を持つ。
762	趣味を持つ。
763	人と会話する事。
764	他人との交流。
765	対人と会話し趣味を広げる。
766	本人が培ってきた専門知識や特技をうまく引出し、積極的に社会貢献(本人には世の中で役に立っている意識をもってもらい)に参加すること。
767	話し合い。
768	5年前から妻の介護をして遊べない。
769	いつまでも挑戦する事を忘れず何事にも立ち向かって頑張る事が必要ではないでしょうか。
770	シルバー人材センターに登録しみんなと作業をする事が防止になる。
771	運動。
772	運動と生きがい(趣味等)を持つこと。
773	何かをするという意志がなければ長続きしないと思います。
774	何でもいいから、自分でできる限り行動して見る事ではないでしょうか？ 歩くのも良し、買い物も良し、スポーツも良し、知人とおしゃべりも良し、何でも良し。
775	家にこもらず外出する 趣味を持つ ツアー等で小旅行をする。
776	家族はもちろん、隣近所との会話、お付き合い、交流を通じて、自分を磨いていきたいと思う。
777	楽しい交流の場は皆さんが望んでいると思う。
778	勤労する会社現象をつくること。
779	近隣の住民とのふだんからの話し合い。共同作業、共同寄り合い(花見、旅行 祭り参加)。緊急時の協力 避難訓練。
780	近隣住民とのコミュニケーション。
781	三世代一緒に住むようにする事。
782	三世代交流を積極的に「ひんぱん」に公民館。
783	参加しやすい方法機会などの情報を出来るだけ多く提供する。 身近な地域や人との交流が大切だと思う
784	散歩したり 旅行に行ったり。
785	趣味、個々のやっている仕事や遊びの事を話したりできる場所、いきいきサロン等を活性化させるよう自治会の運営方針を育成指導強化を図る(市町の担当課)による。 飲、食、カラオケ、小旅行、趣味の工芸、釣り、サロンがマンネリ化してきた。
786	趣味をもち 健康管理に気をつけて、働ける間は働く事が必要であると考える。
787	趣味をもつ 外出をする おしゃべり。
788	趣味を持ち、趣味が人のために役立つ事で生きがいを感じて生活できること
789	趣味を持つ事だと思います。一人でも多くの友達を作る事です。孫と触れ合うのも楽しみだし、いたわりの気持ちが出来るとなる。
790	趣味等自分のしたい事をする
791	周囲の景色を見ながら歩くこと。趣味を持つこと。適度な運動をしてよく寝ること。
792	身近なひと、近所との回りが声をかけ一対一でみんなて解決する形が良い
793	身近な人に声かけあって話をする
794	人と交わること。
795	人のふれあい。

No.	内容
796	積極的に身体を動かす。
797	多様な教室等の開放。
798	身近な人に声かけあって話をする。
799	日々の生活で生きがいとなる自分の好きな事を見つけて行動する事だと思います。
800	農業と自分の仕事。
801	友人を作る。
802	① 退職後、諸症状のでる前に、スポーツクラブに行くこと。市町村から費用の一部援助があれば一層参加し易いし、健康増進により医療費軽減の一助けになると思われる。 ② 幼稚園、小学校を曜日を決めて解放し、近隣の高齢者と幼児、子供達とのふれあいの場を作ると良い。その場合防犯、清掃担当者を決める(イベント、動物とのふれあいなど)
803	1 本人の生き方趣味を周囲で共に生活して行く人に理解しておいてもらう。2 周囲は本人の自主的行為を尊重するよう動く事。3 最期の時まで感謝の気持ちをアピールすること
804	ウォーキング。
805	お互い支え合う事。
806	お茶飲み友達を持つこと。(温泉にも行く)
807	サロンに行っているいろいろの話が出来ること。
808	シルバー人材センター活動そのもの。野菜づくりをして健康づくりを勉強しているんな活動に参加すればいい。一生勉強する事です。
809	スポーツ 読書。
810	スポーツ活動をする。
811	遠くの身内より近くの他人じゃないですが必要に応じた気配り、声掛けが重要だと思う。
812	家族と話す。趣味をもつ。
813	外出して人と話す。歩く。買物をする。
814	各人が趣味、目標をもって日常生活が出来れば最良と思う。従って地域での各種行事を幅広く計画参加の呼び掛けをすると良いと思う。
815	近隣の人達とのコミュニケーションをとり会話をすること
816	健康で目的をもって活動したい。
817	行き帰り交通の便利なホームがあればいいと思います。
818	今は健康で区長しています。
819	参加を促してもその人の性格等により効果が得られないこともあり、これは本人次第であって、自分の事は自分で解決しなければならぬと思う。でもある程度は誘いの言葉は掛けても良い。
820	自殺者、県で400人以上という時代、人との交流、趣味、お四国参り、友人等、人と話す機会、ボランティアや仕事をすること、参加すること
821	自分の好きなスポーツを通じての人間関係ならば話し合っ楽しく過せて、閉じこもり、うつ防止に役立つと思う。
822	自分の好きな事を一生懸命する事。
823	自分の与えられた社会に自分の運命を役立てる事。
824	自立。
825	若くて元気だった時にしていた活動が町内や地域でできたら交流もでき介護予防になると思う。
826	趣味の活動に参加する。
827	趣味をもつ、友達を大切に作る。
828	趣味を持つ。
829	趣味を持つ。
830	趣味を持つこと。
831	趣味を持つ事。
832	趣味を持つ事とボランティアを通し社会参加すること。
833	趣味を増やして外出の機会を増やす。人のふれあいの場をつくる。 ボランティア活動等に参加して社会のためになる。仕事も出来る範囲で行ない適度な運動もする
834	女性を見習って務めて外出するよう心がける。散歩するだけでも効果があると思う。
835	新しい友達を作る。
836	人とのかかわり
837	人とのかかわり。
838	人との会話。
839	人との交流。
840	人との交流に努めることが大切だと思います。
841	人との交流を持つ事。
842	積極的に外出することにより多くの人と接すること。
843	退職後は自分の為にやりたいことをするのがよい。現役時代のことは忘れてスポーツ等をあらゆる年齢の人とともに

	に楽しむこと。年齢に関係なく対等に付き合う。
No.	内容
844	男性、女性が共に交流出来る場を身近にほしい。たとえ遠くても参加したい。日帰り旅行などは、温泉めぐりを含め一つの方法だと思います。
845	男性は女性に比べて交際範囲が狭い傾向があり、その結果新しい友人を見つける事が下手であると思う。趣味を持たない男性高齢者は孤独な生活になる事が心配である。
846	地域の活動に参加する。ボランティアに参加、友達を作る。
847	地域行事への参加
848	町公民館活動の書道教室に長年通っている。趣味の活用、毎日朝二時間クロッキーをしている。
849	釣り。
850	適当な運動(散歩)する。時々知人に会い近況の話等する。
851	同じ趣味の人達と話す。
852	同じ趣味を持つ人等、何らかの形で人との関わり合いを持つこと。
853	読書生活。
854	年齢を気にしないであらゆる人を友達に持ってお話をしたり軽めのウォーキング等少しの時間でもいいからそういう場に入っていくといいと思う。
855	非常に良い事だと思います。
856	夫婦が健康で毎日が楽しく生活出来ること。
857	友達と飲む。
858	旅行 カラオケ。
859	老人会で一ヶ月一回話をしたり春は花見、秋は芋炊きなどしている。
860	話をし、仕事など閉じこもらないこと。

## 第4章 地域包括支援センターから見たニーズアセスメント結果 のメンズサロン応用の可能性

松山市地域包括支援センター 城北  
主任介護支援専門員 本多敬子

### 1. 地域包括支援センターは

高齢者が住み慣れた地域での生活を継続するために、高齢者の状態に応じ、必要な介護サービスやその他保健福祉サービスなどの社会資源との連携により地域の高齢者の心身の健康の維持、生活の安定のために必要な援助・支援を行う「地域包括ケア」の中核的な機関として平成18年4月の介護保険の改正とともに創設され、松山市では現在、地区社会福祉協議会を単位とした10ヶ所に設置されています。

当初は介護予防ケアマネジメント業務に追われ、地域とのつながりが薄く、連携が取りにくかったように思います。相談業務、地域包括ケアネットワーク会議の開催、介護予防教室や地区検診会場での活動などを通じて、地域包括支援センターと地域の民生委員、高齢クラブ、いきいきサロンなど、既存の住民団体とのつながりができ、地域の実情が分かるようになってきました。

地域包括支援センターの役割として今後も地域の特性を生かした介護予防への普及啓発活動、介護予防のためのニーズ把握や地域活動を行う組織への側面的支援を継続して行うことが重要になってきています。

### 2. 地域のケアマネジャーや家族から

「要介護の認定が下りたのに、介護サービスを利用してくれない、デイサービスに行つて運動でもしてくれたらいいのに行きたがらない。」等、類似の相談がよくあります。

男性高齢者が二次予防などの通所サービスやサロンに行きたがらないケースも多く、介護状態となってから仕方なく施設入所や介護サービス利用となる。身体能力や判断能力が低下して介護状態になる前に何らかの支援を受けていれば、利用できていれば、(持病があつても)元気な状態を維持できていたかもしれないなど。

### 3. 今回のニーズアセスメント結果から

- ・元気なうちから仲間や友人など人とのつながりが重要であるという事。
- ・男性高齢者は役割が必要、人生に対して前向きである。
- ・外出するには大義名分がある方が良い、外出はしたいが行く先がないから出ない。
- ・今日話したら今日が良い。日を置くとやる気が失せる。
- ・お金はかけたくない(経済的に自立したい)等

元気高齢者だけではなく男性高齢者への支援のポイントとしても大変参考になりました。

#### 4. メンズサロン応用の可能性について

- ・既存のサロンを応用し男性利用者の参加を呼び掛ける。
- ・モデル事業で行ったように施設のロビーなどで活動し施設入所者等との交流を図る。
- ・グループホームなどの地域密着型サービス事業所の地域交流ルームで活動する。
- ・高齢者専用住宅の整備が進んでいるがその会議室などで活動する。
- ・地域の要介護者の自宅をサロンメンバーが訪問し将棋など一緒に行う。
- ・地域にあるボランティア活動（例えば河川敷の清掃）と協働する。
- ・公民館活動などにも参加し世代間交流で活躍する。
- ・ラジオ体操や太極拳など公園や自宅で行う。
- ・要支援、要介護認定者は既存のいきいきサロンは利用不可であるが、自主的サロンであれば参加もできる。

今回「シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業構築の試み」は元気な高齢者にもまた、支援の必要な高齢者にも応用ができ、地域へ広げていきたい活動です。シルバー人材センターの力、シルバー人材センター会員のネットワークを活用することで住民主体のサロン実施が可能となり、その側面的な支援を地域包括支援センターが行い、介護予防を住民全体で行う、そういった活動が、継続できるよう定期的に訪問も必要になるかと思えます。地域住民の間でこのような社会資源が育成され継続していけば、要介護状態になっても地域社会と切れないでつながっている安心感、心の豊かさを保つことができる。ケアマネジャーが利用者支援していくなかで介護保険のフォーマルサービスではできない部分を埋めていけるのではないのでしょうか。

#### 5. シルバー人材センターと

地域包括支援センターが連携し地域でこのようなメンズサロンができれば地域の社会資源が増える事になり、いきいき元気な松山、高齢者にやさしい町が増えることにつながります。特に住民主体の活動であれば声をかけ合えば気楽に参加可能なサロンになるのではないのでしょうか。

地域包括支援センターは、地域で暮らすその基盤となる自らの生活を支え、自らの健康は自ら維持する「自助」を促進し、近隣の助け合いやボランティアなどインフォーマルな相互扶助「互助」の有効活用、社会保険、介護保険など制度化された相互扶助の「共助」またそれらでは対応できない必要な社会福祉等の「公助」とつなぎ合わせる役割がこれからの方向性として求められています。地域ケアネットワーク会議のようなフォーマルなネットワーク構築だけでは不十分な部分が見えてきているなか、隣近所の「お互い様」の関係を保ちながら地域で安心して生活できるような支援、連携構築に役立てたいと思います。



## 第5章 メンズサロンの実施の概要

### 1. 目的

当センターでは、男性高齢者がなかなかデイサービスやサロンに出掛ける事が少ないため、身体能力や、判断能力が低下した後、介護保険事業のお世話になる現状が多く、「もう少し早い段階から地域の介護サービス等に係ってれば、元気な状態を保てたのに。」といった声が多く聞かれる。

何故、男性高齢者は、介護資源（デイサービス・サロン）に出掛けて来ないのか？

様々な理由があるようですが、男性高齢者が楽しいと思うことや、出掛けようと思えるメニューがないから、役割がないからといった声がアンケートの結果にも示されたように、多く寄せられている。

そこで、この度、当センターの「シルバーサロン清水町」「北条支部」「医療法人慈孝会福角の里」で、「男のためのサロン」を下記の留意点に基づき実施した。

- ・男女が一緒に参加できること。
- ・誰かが誘う、呼びかけること。
- ・利用者の得意なこと・趣味・嗜好・考え方をより詳しく把握すること。
- ・利用者に今後の生活について考える機会を提供すること。

### 2. 開催内容

#### (1) 「シルバーサロン清水町」

松山市清水町に開設したシルバーサロン清水町において、男性の参会者に焦点を合わせ、男性の嗜好を踏まえた企画を展開し、男性高齢者の利用を促進した。

サロンの運営、男性利用者への対応は、同じ年代層である当センター女性会員に依頼して実施した。

●期 間：平成23年11月1日～平成24年1月31日まで

●企画の内容

- ① 昭和30年代の懐メロのうち、アンケート調査で思い出の歌として回答が多かった「石原裕次郎、坂本九、舟木一夫」等の唄をBGNとして利用。（ディスプレイには、レコードジャケット・ポスター等を掲示してイメージづくりをした。）
- ② アンケート調査で思い出の映画・ドラマとして回答が多かった「洋画・寅さんシリーズ・裕次郎シリーズ」等の映画を上映。
- ③ 昔の写真をデータ化して保存できる機械を設置し、高齢者が持参した写真をデータ化することで、その当時の思い出話をする機会を提供した。
- ④ パソコンを活用することに興味のある高齢者向けに、パソコン相談を実施。
- ⑤ 週1回囲碁・将棋の日を設定し参加者を募った。
- ⑥ エンディングノート（ライフデザインノート）を利用者に記入してもらい、今後

の生活について具体的に考えてもらう機会を提供し、自身の健康等について、再認識できる機会を提供した。

- ⑦ 別スペースに血圧計・体重計・健康機器を設置し、健康管理に役立てた。
- ⑧ 日曜日限定で「麻雀を楽しむ日」を開催。(脳トレにもなることが立証されている麻雀を、女性の参加者を含め、当センターに登録する男性会員をコーディネーターとして登用し、楽しむ、集うツールとして活用を試みた。)

## (2) 年末特別企画 「しめ縄飾りを作ってプレゼント」

- 実施日：平成23年12月22日(木)・28日(水)
- 実施場所：当センター北条支部
- 実施内容

正月を迎える準備の一つとしてしめ縄飾りの確保がある。

元来、しめ縄飾りは、農家では自分で作っていたものであるが、今では買ってくるものになってきた。

北条地区は、農家も多く高齢者は、昔は自分でしめ縄飾りを作っていた人が多い。

そこで、しめ縄飾りを作ってもらい、近隣の独居、高齢者世帯にしめ縄飾りをプレゼントすることにより、役割を持ってもらう機会を提供した。

併せて、多く高齢者が集う機会になるので、もち米、杵、臼、等を持ち寄ってもらい、餅つきを実施、おやつ代わり、昼食代わりにすると共に、自宅に持ち帰ってもらい、正月の支度に役立ててもらった。

この企画のサポート役として、餅つきのお世話、会場の設営等を、当センター女性会員に依頼し、男女が一緒に係る機会を確保した。

## (3) 特別企画「八十八ヶ寺お砂踏み体験」

- 実施日：平成23年12月5日(月)・10日(土)
- 実施場所：松山市福角町 医療法人慈孝会福角の里
- 参加者数：120人(12/5：71人 12/10：49人)
- 実施内容

医療法人慈孝会のご協力を頂き、NPO法人「学苑JWF友の会」に八十八ヶ寺お砂踏み体験の実施を依頼した。

お遍路に対する高齢者の関心が高いことに着目し、体力等の低下でお遍路には行けない方々を対象として、デイサービス等介護資源の利用者に開催を告知し、男性高齢者への周知のため、利用者が近所の人に呼びかけて、当日の参加者を募った。

具体的には、包括支援センターのご協力を頂き、松山市城北地区に居住する年齢が比較的高く、介護要する人(デイサービス利用者)を中心に、「お遍路が出来ないけどお参りがしたい。」そんな思いに応える場を提供した。

会場の確保、会場設営、看護師・保健師・介護士の確保及び、送迎については、医療法人慈孝会「福角の里」「福角病院」に委託して実施した。

なお、お砂踏み体験終了後は、当センター女性会員3名に依頼してロビーに喫茶コーナーを設け、寅さんシリーズ等、映画を見る場も確保した。

#### (4) 屋外特別企画「野菜収穫・竹炭作り体験」

●実施日：平成23年2月11日（土）10：00～15：00

●実施場所：野本農園及び東大栗公民館

●実施内容

農業に関心を寄せる男性高齢者が多く存在することに着目し、「収穫の楽しみ」「収穫したものを食べる楽しみ」「若年世代との交流」が自然に行われる機会を提供した。

その具体的な内容は次のとおり

- レモン・ニンジンの収穫
- レモン・ニンジンを使ったおかず作り
- 地域の農家・地域の子供との昼食会
- 竹炭作り体験

なお、この企画においても、参加の呼びかけ、当日のお世話役、調理の段取り等については、年代の近い女性高齢者（当センター会員）に依頼した。

この企画は、サロンを利用しているグループから提案があり、農業に関わる、関わりたいと考えている男性高齢者の実体験の場として実施した。

#### (5) メンズサロンの実施に協力して頂いた介護保険事業従事職員へのアンケート調査

第三者的立場で男性高齢者を客観的視点でみた現状を把握するため、メンズサロンの実施に協力して頂いた介護の現場で働くケアワーカーにアンケート調査を実施し、問題点・課題を明らかにすると共に、その対応策について広く意見を求めた。

## 第6章 メンズサロンの実施の結果

### (1) 「シルバーサロン清水町」

- 利用者数 実施期間3か月間で延べ379名が利用



- ① 始めて利用する男性高齢者を対象にアンケートを実施。  
81名から回答を得て満足度等を把握。(P60 参照)
- ② グループで利用している男性高齢者等のインタビューを実施
  - ・農業に関心を持つグループの意見交換会にて
  - ・除草・選定作業に就労する当センターの会員グループの意見交換会にて
  - ・サロンを運営した当センター女性会員2名
- ③ エンディングノート「ライフデザインノート」を使った感想をアンケート調査  
88名から回答を得てそれぞれの所感を把握 (P61～P65 参照)

### (2) 年末特別企画 「しめ縄飾りを作ってプレゼント」

- 参加者数：合計47名参加 (12/22：24名 12/28：23名)



- ① 参加した男性高齢者を対象にアンケート調査を実施して満足度等を把握。  
(P66 参照)
- ② 参加者のインタビューを実施
  - 最年長参加者 (88歳)
  - しめ縄飾りの講師役 (75歳)
  - 当センターケアワーカー (介護保険事業 サービス提供責任者)
  - 当センター事務職員 (北条支部長)

(3) 特別企画「八十八ヶ寺お砂踏み体験」

●参加者数：120人（12/5：71人 12/10：49人）



(4) 屋外特別企画「野菜収穫・竹炭作り体験」

●参加者：42名（男性高齢者：18名 女性高齢者：8名 障害児とその家族16名）



(5) メンズサロンの実施に協力して頂いた介護保険事業従事職員へのアンケート調査

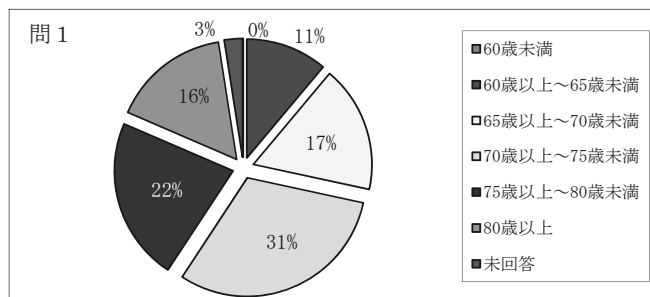
① 70名のケアワーカーから回答を得た。（P67 参照）

# (1)-①清水町シルバーサロン 男性利用者アンケート結果

平成23年11月1日から平成24年1月31日までの間で、初めて来た男性高齢者の方を対象にお聞きしました。

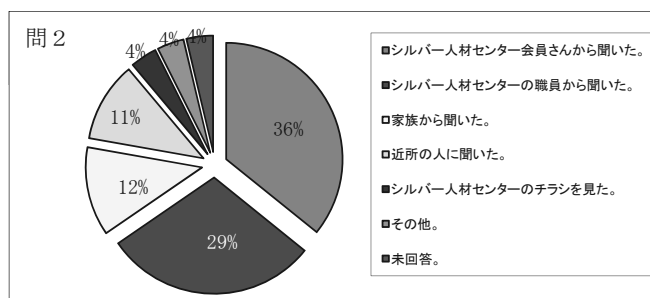
## 問1 あなたの年齢を教えてください。 81

1	60歳未満	0
2	60歳以上～65歳未満	9
3	65歳以上～70歳未満	14
4	70歳以上～75歳未満	25
5	75歳以上～80歳未満	18
6	80歳以上	13
7	未回答	2



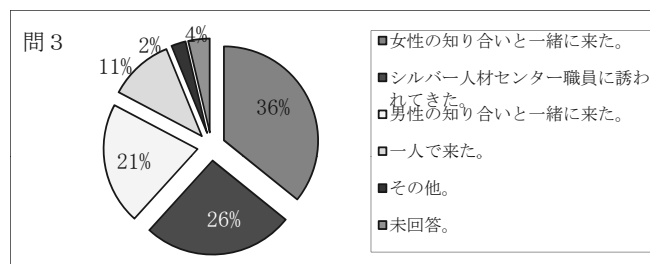
## 問2 このサロンを何で知りましたか。 81

1	シルバー人材センター会員さんから聞いた。	29
2	シルバー人材センターの職員から聞いた。	24
3	家族から聞いた。	10
4	近所の人に聞いた。	9
5	シルバー人材センターのチラシを見た。	3
6	その他。	3
7	未回答。	3



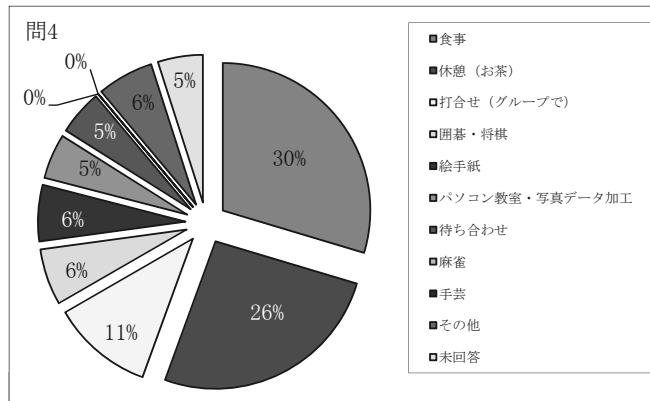
## 問3 今日は、誰かと一緒にきましたか？ 81

1	女性の知り合いと一緒に来た。	29
2	シルバー人材センター職員に誘われてきた。	21
3	男性の知り合いと一緒に来た。	17
4	一人で来た。	9
5	その他。	2
6	未回答。	3



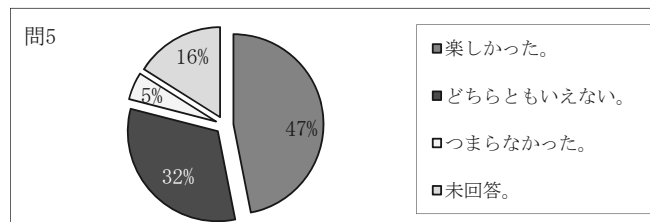
## 問4 何をしたい来てましたか。 81

1	食事	24
2	休憩(お茶)	21
3	打合せ(グループで)	9
4	囲碁・将棋	5
5	絵手紙	5
6	パソコン教室・写真データ加工	4
7	待ち合わせ	4
8	麻雀	0
9	手芸	0
10	その他	5
11	未回答	4



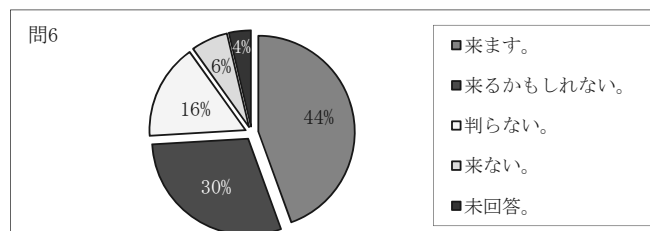
## 問5 今日は楽しく過ごせましたか。 81

1	楽しかった。	38
2	どちらともいえない。	26
3	つまらなかった。	4
4	未回答。	13



## 問6 また、来ようと思いますか。 81

1	来ます。	36
2	来るかもしれない。	24
3	判らない。	13
4	来ない。	5
5	未回答。	3

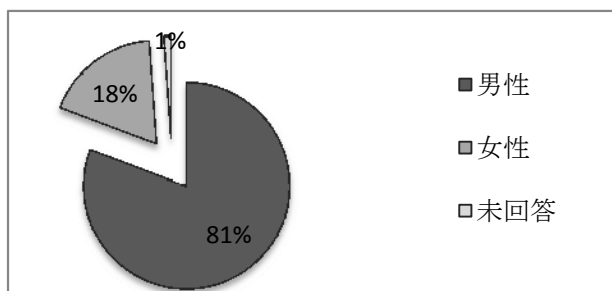


(1)-③「ライフデザインノートを利用して」 アンケート集計

Q1.ご自身について

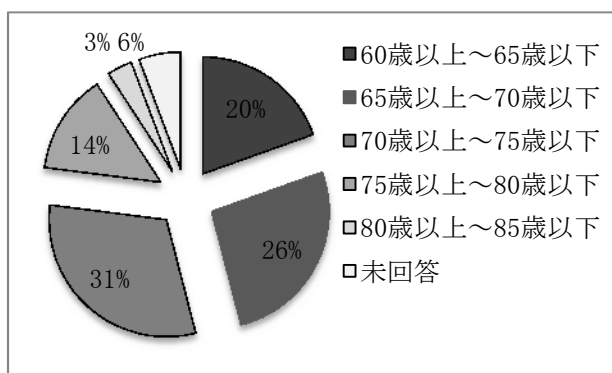
性別

回答	人数
男性	71人
女性	16人
未回答	1人
合計	88人



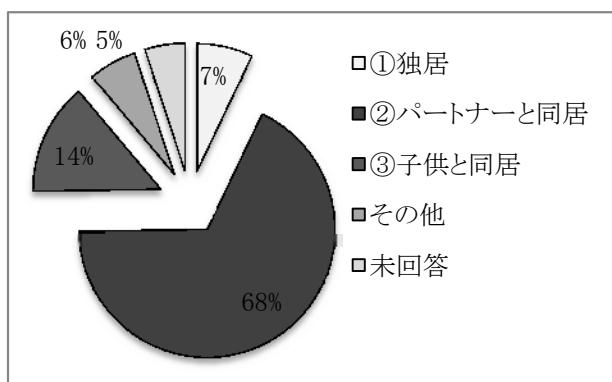
年齢

回答	人数
60歳以上～65歳以下	17人
65歳以上～70歳以下	23人
70歳以上～75歳以下	27人
75歳以上～80歳以下	12人
80歳以上～85歳以下	3人
未回答	5人
合計	87人



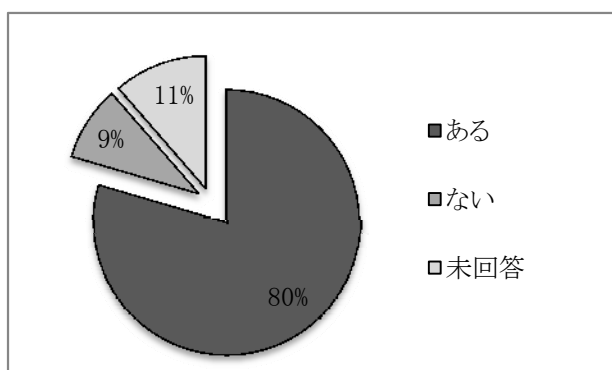
生活スタイル

回答	人数
①独居	7人
②パートナーと同居	67人
③子供と同居	14人
その他	6人
未回答	5人



体力の自信

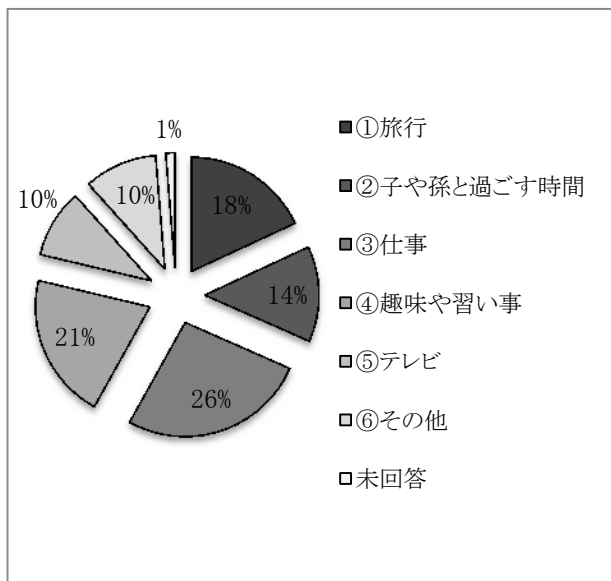
回答	人数
ある	70人
ない	8人
未回答	10人
合計	88人



Q2.いま、一番の楽しみはなんですか

回答	人数
①旅行	28人
②子や孫と過ごす時間	21人
③仕事	41人
④趣味や習い事	32人
⑤テレビ	15人
⑥その他	16人
未回答	2人

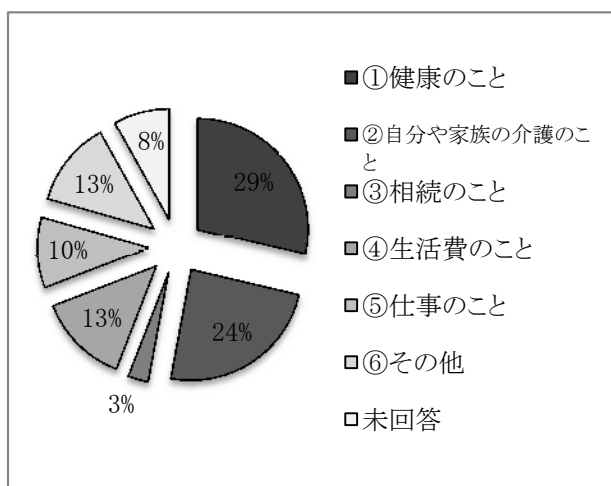
その他の内容		
・畑仕事	・日曜大工	・地域活動
・野菜作り	・仲間との食事	・社会貢献
・同好会	・お寺参り	・ゴルフ
・釣り	・ボーリング	・社交ダンス
・スキー	・旅行	



Q3.いま、不安に思っていることや困っていることはなんですか

回答	人数
①健康のこと	39人
②自分や家族の介護のこと	33人
③相続のこと	4人
④生活費のこと	18人
⑤仕事のこと	14人
⑥その他	17人
未回答	11人

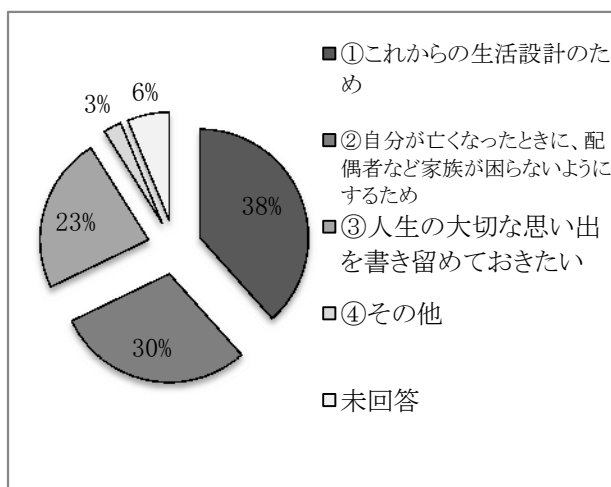
その他の内容		
・家族の病気について	・生活費について	・介護のこと
・自分の健康について	・孫のこと	・子供のこと
・将来について		



Q4.こうしたライフデザインノートを利用する場合の主な目的はなんですか

回答	人数
①これからの生活設計のため	43人
②自分が亡くなったときに、配偶者など家族が困らないようにするため	33人
③人生の大切な思い出を書き留めておきたい	26人
④その他	3人
未回答	7人

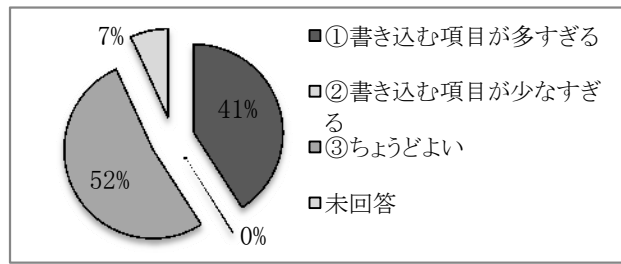
その他の内容		
・孫に残したい	・目的はなし	・両親に書いてもらう





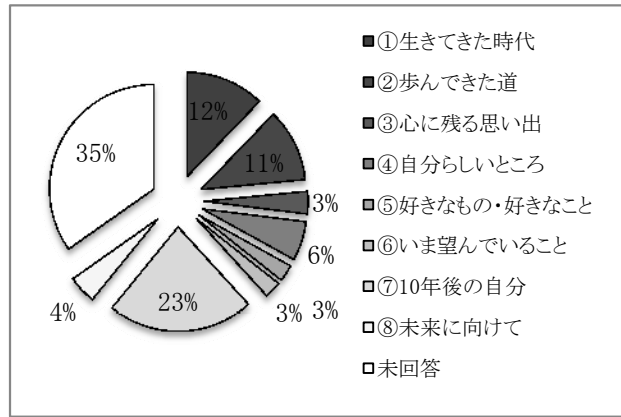
Q5.このノートの書き込みの項目の量について、どう感じられましたか

回答	人数
①書き込む項目が多すぎる	36人
②書き込む項目が少なすぎる	0人
③ちょうどよい	46人
未回答	6人
合計	88人



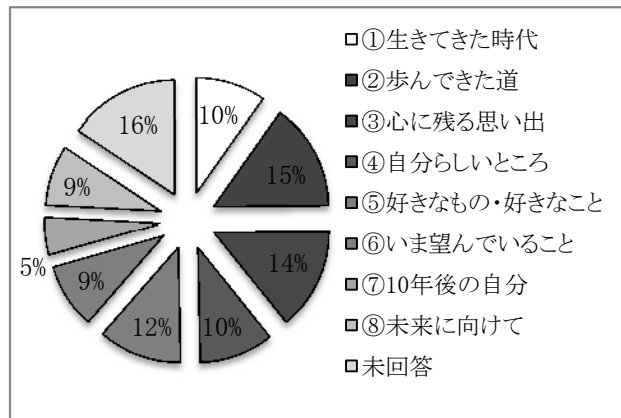
Q6.書きたくないと思った項目は

回答	人数
①生きてきた時代	14人
②歩んできた道	13人
③心に残る思い出	4人
④自分らしいところ	7人
⑤好きなもの・好きなこと	3人
⑥いま望んでいること	3人
⑦10年後の自分	26人
⑧未来に向けて	5人
未回答	40人



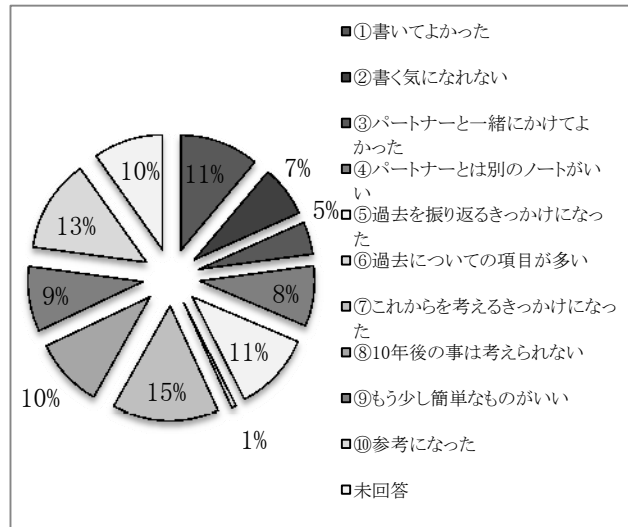
Q7.あつてよかったなと思った項目は

回答	人数
①生きてきた時代	15人
②歩んできた道	23人
③心に残る思い出	22人
④自分らしいところ	16人
⑤好きなもの・好きなこと	18人
⑥いま望んでいること	14人
⑦10年後の自分	8人
⑧未来に向けて	13人
未回答	24人



Q8.ノートを書いてみての感想

回答	人数
①書いてよかった	17人
②書く気になれない	11人
③パートナーと一緒にかけてよかった	7人
④パートナーとは別のノートがいい	13人
⑤過去を振り返るきっかけになった	17人
⑥過去についての項目が多い	1人
⑦これからを考えるきっかけになった	23人
⑧10年後の事は考えられない	15人
⑨もう少し簡単なものもいい	14人
⑩参考になった	20人
未回答	15人



Q9.なんでもご意見ください

1	<p>ライフデザインノートを書こうと思いましたが時間がなく項目も多く書くことが出来ませんでした。項目としてはよいのかもしれませんが、もう少し簡潔にしてもらったほうが書きやすくなると思います。</p> <p>自分としては、人生の88%が過ぎ過去のことは忘れ、現在の一日一日を大切に過ごし(その為には、健康に留意する)未来(12%)に目を向けどのように過ごせばよいか考えています。その為には、自分の関係する周囲の方々に支えてもらわなければなりません。その為には、対処の仕方いろいろあると思いますが、どうすればよいかよくわかりません。ケセラセラでは人生の最後を迎えるわけにはなるまいと思います。このデザインノートを見て考え方を換え、指針を決めようと思いました。参考になるかどうかわかりませんが、思いのままに羅列しましたのであしからず。</p>
2	<p>パートナーがいない人には別の方がいい。</p> <p>シルバーになってからよりも、若い頃から書き始めると面白いし、パートナーとの関係もよりよくなりそう。</p>
3	<p>自分の過去を振り返る良い機会になりました。</p>
4	<p>心に残る思い出、各項目についていろいろあったこと思うのに鮮明に思い出せないのは、驚きでした。なぜだろう。</p>
5	<p>過去を思い出しても何もない。</p> <p>現在は空しい、未来には展望が開けそうにない。</p> <p>これではいけないとは思っていても・・・趣味講座の案内を見ても心が動かない。</p>
6	<p>見つけ直しが出来るきっかけとなりました。</p>
7	<p>パートナーと一緒に照れくさい・・・ まだまだ、自分は元気かも。</p>
8	<p>「万一に備える」は参考になった。</p> <p>介護問題については、「もっと詳しく知りたければ・・・」の指針や方法が明記されておれば、もっと参考になると感じた。</p> <p>Q6については、該当する項目がありませんでした。</p>
9	<p>日々の生活において、すべてパートナーと話しながら生きてる・・・</p>
10	<p>すばらしいと思いますが、少し項目が細かすぎるかと思います。</p>
11	<p>まだ、全部書いてないが、ぼちぼち書いてゆきたいと思います。</p>
12	<p>ライフデザインノートとアンケート用紙をいただいてから日が浅く、ライフデザインノートをまだ使っていません。</p> <p>アンケートに答える時間が、もう少しほしいと思います。</p> <p>ただ、このようなことを考えなければならない年齢に達したんだなと複雑な気持ちです。</p>
13	<p>当面は健康面が第一(妻も含め)、よって、病院、受信記録の項目があったら、なお一冊ですべて、その人の記録にと思いました。</p>
14	<p>私の生きた年代は激動の時代だったので、その時代、時代を精一杯生きたので、アンケートの答えが浮かばない。</p>
15	<p>私が主人より先になくなった場合、いろいろなこと(貯金・保険・他等)主人は何もわからないので書き残しておきたいと思っておりましたが、どういう風には書けばよいか思案しておりました。</p> <p>このノートはずいぶん役に立つと思っております。</p>
16	<p>人生には遅かれ早かれ終焉があることがわかっている、自分の基本に素直になれない分、ライフデザインノートの記入に抵抗がありました。</p> <p>今後のことについて考える機会になったことは、よかったですと思いました。</p>
17	<p>ライフデザインノートを現在の生活にも活用できるような形式がよいと思いました。</p>
18	<p>両親にプレゼントしやすいイメージのあるものなら、母の日や父の日(?)にあげてもいいのかな・・・と思う。</p> <p>プレゼントしやすいノートが出来ればいいのでは？</p>

19	2,3頁の年表は、その当時を思い出すのに参考になった。 年号を併記してあると更に思い出しやすい。 自分史の骨格が書ける頁があるとよい。どんな時にどんな苦勞をしたか。それが、今の自分にどう影響してるか書ける頁がほしい。 この骨格があつてライフデザインノートにつながってくるように思われる。
20	重複項目が多い
21	政治・経済にかかわる項目が少ない。
22	そろそろ、こんなことを考えなくてはならない歳になったのかなと思ひ、少し複雑な気持ちです！
23	75歳になって少々複雑な気持ちになりました。
24	Q6,Q7の項目の問いについて⑦、⑧各共通について自分等の年齢になると、10年後となると書きづらい思いがする。 出来れば、今後の人生について・・・とか？家族には現時点でいろいろ言っておきたいことはあります(メッセージとして)ライフデザインノート、覚書、大変参考になりました。
25	自分の人生にいろいろなことがあつたが、今は遠い思い出になっている。 今迄に入っていた会社の社内誌などを見えています。 現在は本などを時々見えています。
26	もう少し簡単に。
27	いろいろ書いてみたが、考えることばかりで参考になりました。
28	老後の人生を考えるきっかけになりました。 いままでは、そんなに具体的には考えていなかったのですが・・・ありがとうございました。

## (2)-1 しめ縄作り・餅つき大会開催状況

日 時：平成23年12月22日(木)10:00～平成23年12月28日(水) 10:00～

場 所：松山市中西外66-2 松山市シルバー人材センター北条支部

No.	年齢	開催日		居住 区分	楽しかったか？			また来るか？			他にやってみた 事は？
		12/22	12/28		はい	いいえ	？	はい	いいえ	？	
1	61	○		北条	○					○	伊予万歳
2	67	○		北条					○		
3	68	○		北条			○			○	
4	69	○	○	北条	○			○			麻雀
5	69	○	○	北条	○					○	
6	70	○	○	北条			○	○			カラオケ
7	70	○	○	北条	○			○			麻雀
8	71	○	○	北条			○	○			
9	72	○	○	北条	○			○			麻雀
10	72	○	○	北条	○					○	写真
11	72	○	○	北条	○			○			伊予万歳
12	73	○	○	北条	○			○			伊予万歳
13	73	○	○	北条	○			○			
14	74	○	○	北条	○			○			カラオケ
15	76	○		北条	○			○			
16	77	○	○	北条	○			○			カラオケ
17	78	○	○	北条	○			○			カラオケ
18	78	○		北条	○			○			
19	78		○	松山	○			○			
20	79	○	○	北条	○			○			
21	79		○	松山			○			○	
22	82		○	松山			○		○		
23	83	○	○	北条	○			○			伊予万歳
24	83	○	○	松山	○			○			麻雀
25	83		○	松山	○					○	囲碁
26	85	○	○	北条	○			○			
27	86	○	○	松山	○			○			写真
28	86	○	○	松山	○					○	麻雀
		24	23		22	0	5	19	2	7	

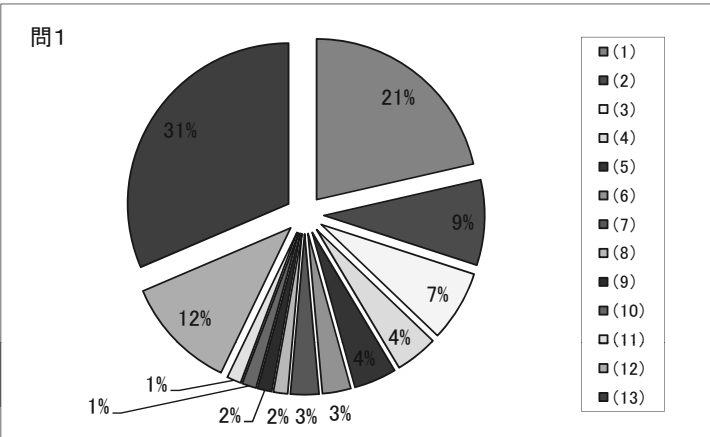
注釈：伊予万歳とは

民俗芸能の一。愛媛県中部を中心に行われる祝福芸。  
 太夫・才蔵・次郎松に三味線・太鼓の囃子(はやし)がつき、踊り子が出る。  
 扇を多数使って老松を表す「松づくし」や、「お染久松」「忠臣蔵」などの寸劇も演じる。本来は正月のもの。  
 (「デジタル大辞泉」より)

(5)-①介護保険事業従事職員へのアンケート調査

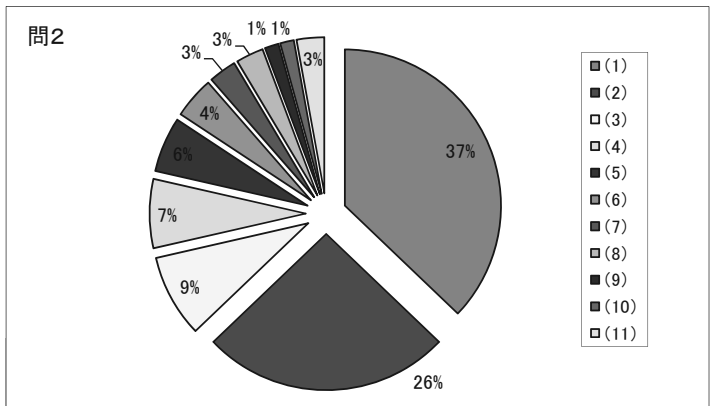
問1 男性高齢者のケアについて、もう少し早く介護資源に出掛けてくれたら・・・と思われたことがあればその状況を教えてください。

(1)	自宅に引きこもっている姿を見て	15
(2)	健康を害した姿を見て(又は想定)	6
(3)	興味がある事がないから出て行かないといわれた時	5
(4)	きっかけがないから出て行かないと言われた時	3
(5)	独居の状態を見て	3
(6)	世間体や先入観によって出向かないのを見て	2
(7)	プライドが邪魔して出向けないのを見て	2
(8)	家族の意識(世間体)により(家族介護に固執)	1
(9)	内容を知らないから出向かない人を見て	1
(10)	男がいける場所が無いと言われた時	1
(11)	家族介護から開放された時	1
(12)	ない	8
(13)	未回答	22
合計		70



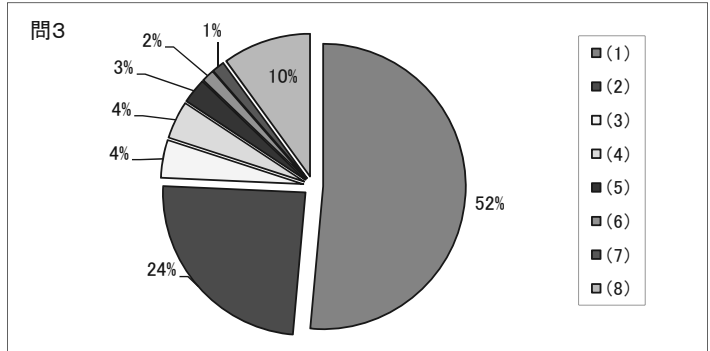
問2 何故、男性高齢者は、デイサービスやサロンに積極的に出てくれる人が少ないと思いますか？何が足りないのでしょうか。思いつくままを教えてください。

(1)	興味あるものが足りない	26
(2)	コミュニケーション能力が足りない	18
(3)	きっかけ作りが足りない	6
(4)	女性主体で男性への意識が足りない	5
(5)	情報の提供が足りない	4
(6)	世間体が悪い	3
(7)	自分の自信(過信)	2
(8)	男としての役割が無い	2
(9)	自活する自信	1
(10)	接遇対応の問題	1
(11)	未回答	2
合計		70



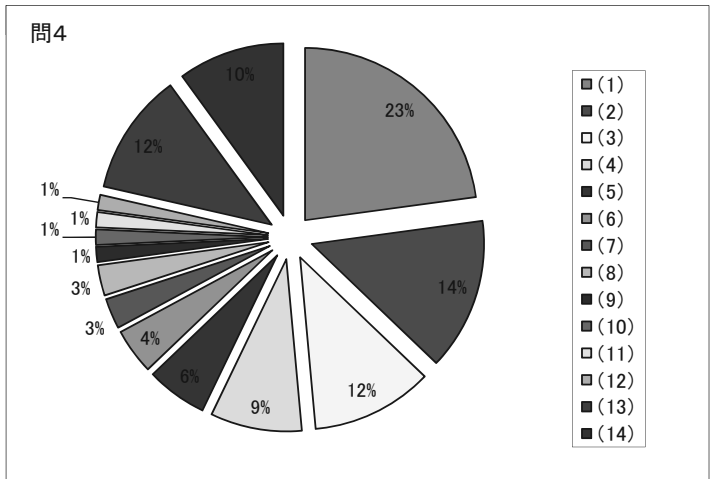
問3 男性高齢者と女性高齢者の一番の違いは何ですか？

(1)	コミュニケーション能力の差	36
(2)	性格・性質の違い	17
(3)	生活力の違い	3
(4)	役割の違い	3
(5)	趣味の多彩さの違い	2
(6)	手先の器用さ	1
(7)	なし	1
(8)	未回答	7
合計		70



問4 男性高齢者のお世話をしている、「可愛いな〜」って思う瞬間はどんな時ですか？

(1)	笑顔を見たとき	16
(2)	感謝の言葉を聞いた時	10
(3)	素直な表現を見聞きした時	8
(4)	昔話に花を咲かせている時	6
(5)	気配りのある言動を見聞きした時	4
(6)	無し	3
(7)	得意なことをやっている時	2
(8)	恥じらいを感じる言動を見聞きした時	2
(9)	寂しさを表現した時	1
(10)	達成感がある姿を見たとき	1
(11)	褒められた時の表情を見たとき	1
(12)	優しさに触れた時	1
(13)	回答拒否	8
(14)	未回答	7
合計		70



## 第7章 松山市シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携の検証

聖カタリナ大学 秋山昌江

### 第1節 松山シルバー人材センターが果たした役割

社団法人松山市シルバー人材センターは昭和62年に設立された。会員資格は松山市内に居住する健康で働く意欲のある概ね60歳以上の者となっており、現在の会員数は3000名を超えている。シルバー人材センターは働く意欲のある高齢者が会員となり、より弱い立場の高齢者の生活支援などを行うなど、地域の福祉的支援を実践してきており、地域内における会員を通じたネットワークは極めて充実している。

今回、このネットワークを活用し、地域で生活する介護サービスを利用していない男性高齢者を対象としてニーズアセスメント調査を実施した。男性高齢者を対象とした理由は、デイサービスやサロン活動に参加する高齢者の大半は女性であり、男性の参加は低調であることが挙げられる。調査対象はシルバー人材センター男性会員、女性会員の地域ネットワークを通じた地域で生活する男性高齢者、当センターに在所する男性高齢者など、愛媛県内の2市2町を選定した。郵送調査、聞き取り調査を含めて、2,148名にアンケート調査を実施し、1,635名の回答（回収率は76.1%）を得ることができた。1,635名という数字は、3市1町の60歳以上の男性高齢者数の約1.5%程度ではあるが、男性高齢者に限定したニーズアセスメントの調査は皆無に等しい現状の中で、高回収率を得られたことの意義は大きい。

今回の調査で男性高齢者は健康問題や介護等には大きな関心を寄せている、うつや介護予防には人と交流し会話が重要であると分かっているが交流の場に出向くことに積極的ではない、人生に前向きであり役割が必要である、外出したいが行く先が見いだせない、お金はかけたくないなどのニーズが明らかになった。

地域包括支援センター業務ケアマニュアルでは「ニーズ発見機能」の重要性について、地域のネットワーク構築が地域住民や地域の多様な団体が地域の存在するニーズに気づくことにつながり、特に自発的に支援を求めている場合に、「ニーズの発見機能」があることで地域包括支援センターへの関わりとつながると述べている。<sup>1)</sup> このことから、シルバー人材センターが果たした役割は大きいといえる。

さらに今回の調査によって、調査を受ける側、実施する側ともに、シルバー人材センターの会員が多大な貢献をし、そのことがより一層の地域参加を促すきっかけとなったといえよう。またこのことで、シルバー人材センターの会員の地域内ネットワークがさらに拡大し、地域福祉の増進に寄与する働きを担うことに発展したといっても過言ではない。

## 第2節 松山地域包括支援センター城北が果たした役割

地域包括支援センターは、2006年の介護保険制度改正によって新たに創設された。介護保険制度の持続可能性の追求と法定給付のみではカバーされないさまざまな高齢者住民の課題に対応する地域の拠点としての役割が期待された。高齢者が住み慣れた地域で安心して過ごすことができるように、包括的および継続的な支援を行う「地域包括ケア」を実現することに向けての中心的な役割を果たすことが地域包括支援センターに求められている。このためには相談機能を中心としつつ重層的なサービスネットワークを構築していくことが求められるとされている。一方で、地域包括支援センターが担う役割は多岐にわたり、現状においては、センター職員は多忙を極め機能を十分に果たし切れていない、地域ネットワークの構築が十分に行えていないとの指摘がある。<sup>2)</sup>

地域包括支援センター業務マニュアルに示されている基本枠組みでは、地域包括支援ネットワークとは、「関係機関はもとより、地域のサービス利用者や家族、サービス事業者、関係団体、成年後見関係者、民生委員、地域支え合い等のインフォーマル関係者、一般住民によって構築される『人的資源』からなる有機体」をいうとされている。<sup>3)</sup>そして、このネットワーク構築の意義として、「ニーズ発見機能」「相談連結機能」「支援機能」「予防機能」を挙げている。

今回、地域包括支援センター城北は、松山シルバー人材センターによる、地域で生活する介護サービスを利用していない男性高齢者を対象としたニーズアセスメント調査の結果を得て、介護予防施策の一つとして、男性高齢者のためのサロンのモデル事業の取組みに協力した。モデル事業の内容は、しめ縄づくり・餅つき、お砂踏み、野菜の収穫と竹炭作り体験であった。参加者のアンケート結果では「楽しかった」「また来るかもしれない」が過半数を占めていた。自主的に参加したかどうかは定かではないが、いずれにせよ取組みとしてはまず成功したといえる。一方別のアンケートでは、他者からの呼びかけや誘いがあれば参加を促すことができるという結果であった。すなわち興味のあるイベントと何らかの呼びかけによって、踏み出し難い一歩を踏み出せるということである。しかし地域で生活する大多数の男性高齢者の参加を促すことは容易なことではない。また地域包括支援センターのみでは限界がある。今回のようにシルバー人材センターとの協力体制のもと、気軽に声をかけあって参加できるサロンの運営が望まれる。男性高齢者の趣味は多様であり、本人がしたいこととサロンのサービス内容をマッチングさせることも難しい。最初は誘われて、促されて参加したサロンであっても、将来的には、個々の興味関心が一致するグループができ、住民主体の自主的なサロン運営につながるように、地域包括支援センターは側面的な支援を行うことが求められている。このことは地域住民が自ら地域の社会資源を創ることであり、継続的に育まれることによって、地域社会の中で生きている実感をもてる安心感や安堵感を保ち続けることができるといえよう。

### 第3節 松山シルバー人材センターと地域包括支援センターの連携の検証

ここでは今回の取組みの検証を行う。まず注目すべき男性高齢者の意見からみてみよう。社会参加を促し、うつや閉じこもり防止、介護予防に役立つことに関する男性高齢者の意見は、「仕事をする」「体を動かす」「外に出る」「人と関わる」「趣味をもつ」「ボランティアをする」などに集約できる。

現在老後を迎えている多くの男性は、家庭を守るために頑張ってきた世代である。仕事を通じた人間関係の中で、自分に課せられた役割を担うために仕事一筋で生きてこられた。時の流れと共に変化するであろうが、現在の多くの男性高齢者はこのような時代を生きてこられたといえる。いわば「生計を支える」という明確な目的があってこそ「仕事」を頑張ってきたのである。定年を迎え、「仕事」から遠のき、平均寿命と照らし合わせてあと20余年をどう生きるかを悩んでいる男性高齢者は数多くおられることだろう。ましてや独居の男性高齢者が増加するといわれている昨今、いつまでも元気で自分らしく、生活してきた地域で生活し続けて欲しいと願ってやまない。

このような現状の中、今回の取組みは非常に意義があったといえる。一方いくつかの課題も明らかになってきた。介護保険事業に携わる職員は、男性高齢者がデイサービスやサロンに積極的に参加しない理由として「興味あるものが少ない」、「コミュニケーション能力が少ない」と述べている。先の男性高齢者の特徴と対比させて考えてみると、「興味あるもの」は多岐にわたるため、男性高齢者個々の希望を重視することの必要性、その場に出向く目的の明確化、その場での役割の明確化などが必要条件としてあがってくる。「コミュニケーション能力」に関しては、目的のために集うことによってコミュニケーションが生まれてくる可能性が高いといえる。

また8割の男性高齢者は人生に対して前向きに捉えていることから、知的好奇心をそそる内容やスキルアップのための講習、様々な有益で豊富な情報提供が、男性高齢者の向上心をかき立てることにつながるであろう。できるだけ経費がかからなければなおさらよいといえる。さらにシルバー人材センターの人材の力を活用し、ファシリテーター的な存在を育成し、住民主体の自主的なサロン運営に発展させることも可能であろう。

今回の取組みは、構造的な側面のみでのネットワークではなく、機能面を視野にいれたものであり、地域における質の高いサービス提供に向けての基盤整備と関係形成につながったといえよう。すなわち地域包括支援センターの機能をサポートするための地域資源を開拓することができ、今後の地域支援事業の一層の強化につながるものと考えられる。

---

1) 長寿社会開発センター；「地域包括支援センター業務マニュアル」,2010

2) 地域包括ケア研究会；「地域包括ケア研究報告書」,2010

3) 1) 再掲



## 第8章 本事業を通じた検討委員からの提言

### 第1節 男性高齢者と健康づくり・介護予防

聖カタリナ大学 武村淳司  
丸山裕司

現在、地域で開催されているデイ・サロンは女性が中心であり、サロンは「おしゃべり」「手芸」などを中心にお世話人の方のアイディアで運営されている。デイについても同様の内容が多い。しかし、男性高齢者はそのような内容を好まず、どちらにもあまり積極的には参加していない。閉じこもりがちな男性高齢者がデイ・サロン等に出向き、他者との交流を持つには何が必要かの把握が重要である。

男性高齢者はどのようなニーズを持っているのか、今回のアンケート結果(問 18-1 デイ・サロンでしたいこと)によると「健康に関すること」への要望が全体では 20.3%と多かった。年代別、60歳未満は「屋外活動」が 26.3%と多いが、60歳以上は「健康に関すること」が 20%前後と多いことが分かった。60歳以上については介護を身近に感じており、気をつけなければ、との意識が働いているのだろう。古田ら<sup>1)</sup>によると、閉じこもり予防「前提要因」として「生活が不活発になると、廃用症候群につながるという危険性を知っている。」というカテゴリーが挙げられている。健康でいたい、というのは誰しも願うことであり、「閉じこもり」が健康に良くない、ということも高齢者は理解している。

自宅に閉じこもらずに様々な方と関わることは、心身ともに活性化し介護予防の効果をもたらすことは周知のとおりである。しかし、デイ・サロンへの男性高齢者ニーズは多様であることがアンケート結果より示唆された。

「自分自身が健康であると思いますか」のアンケートの問いには、「とても健康である」と「どちらかという健康である」を合わせた割合は 80%以上であり、健康であると自覚している男性高齢者は多い結果となっている。「健康に気を付けていますか」という問いには、「とても気を付けている」と「どちらかという気を付けている」を合わせた割合は、88%と非常に多い結果になっている。「健康のために何をしていますか」という問いには、「運動をしている」、「食べ物に気を付けている」といった回答が多かった。清水町シルバーサロンの男性利用者アンケートにおいては、「何をたくて来ましたか」という問いに「食事」が 30%で 1 番割合が多かったことから、男性高齢者はサロンで食事のみするのではなく、健康づくりに役立つ食事を実際に作って食べる催しなどに繋げていくことが理想的であると考えられる。既に「男の料理教室」が高い人気となっている他の地域もある。サロン農園で栽培した食物を活かした健康づくりのための料理を実際に実践することにより、男性

もより意欲的に活動に参加できると思われる。

また、健康のために運動をしている男性高齢者の割合も多いことから、実際に介護予防に効果的な運動の実践が望まれる。運動の種類としては、特に男性は、筋力トレーニングに興味を示す人が多く、その中でも道具を使用する運動に関心が高い傾向にある。老化は足からと言われるように下半身の筋力トレーニングを行うことが重要であると思われるが、ダンベルやチューブなどの道具を使用して皆で行えば継続性が高くなるものとする。これらの料理や運動の実践が男性高齢者の介護予防に有効であると思われる。

サロンへの活動に男性が多く参加するようなデイ・サロンの運営について、今後も継続して考察を行いたい。

1) 地域高齢者とじこもり防止のための条件

－保健医療福祉従事者へのグループインタビューから－

古田加代子、流石ゆり子、伊藤宏次

愛知県立大学看護学部紀要 Vol.16, 15－20, 2010

## 第2節 男性高齢者と地域活動とのつながり

聖カタリナ大学 岩満賢次

本項では、男性高齢者のボランティア活動への参加の状況を見ていきたい。

問 13「ボランティア活動（他者や地域社会のための無償活動）をしていますか」については、「している」と回答した人が 438 名（26.73%）、「していない」と回答した人が 1,117 人（68.15%）、未回答が 84 人（5.12%）と、約 7 割の男性高齢者がボランティア活動に参加していない実態が伺える。

しかし、このような実態にもかかわらず、問 13-1「無償活動は楽しいですか」という質問については、「とても楽しい」と回答した人が 104 人（23.74%）、「どちらかという楽しい」と回答した人が 271 人（61.87%）、「どちらかという楽しくない」と回答した人が 42 人（9.58%）、「楽しくない」と回答した人が 6 人（1.36%）、「未回答」が 15 人（3.42%）と、「とても楽しい」と「どちらかという楽しい」と回答した人の合計は 85.61%であり、多くの人たちが「実際に行ってみると楽しい」と感じていることが分かった。

今回のメンズ・サロンとのかかわりの中で分析を行ってみると、ボランティア活動の有無とサロンの利用状況に関する $\chi^2$ 二乗検定を行った結果、1%水準で有意であり（表 1）、また、ボランティア活動とサロンの内容に関する $\chi^2$ 二乗検定を行った結果、5%水準で優位であり（表 2）、無償活動を行うことが、サロンに行くかどうか、またどのようなサロンに行くかについて差があることが明らかとなった。

このことから、日常的な無償活動（コミュニティ活動）へのアプローチを行うことも重要である。

表1 無償活動の有無とサロン利用の有無

		サロン利用の有無					
無償活動の有無		利用中	利用なし	申請中	その他	不明	全体
	無償活動有	98	327	1	3	8	437
	無償活動無	107	986	2	4	15	1114
	不明	14	49	0	1	20	84
	全体	219	1362	3	8	43	1635
独立性の検定				**1%有意	*5%有意		
カイ二乗値		自由度	P 値	判定			
51.2796		6	0	**			

表2 無償活動の有無とサロン活動の内容

		サロンの内容						
無償活動の有無		生きがいデイ	サロン	高齢者クラブ	町内会等	その他	不明	全体
	無償活動有	4	28	42	48	5	1	128
	無償活動無	16	14	51	30	7	1	119
	不明	2	3	5	5	2	1	18
	全体	22	45	98	83	14	3	265
独立性の検定				**1%有意	*5%有意			
カイ二乗値		自由度	P 値	判定				
18.6725		8	0.0167	*				

## 第3節 高齢者の孤立化と人権侵害

司法書士 木原道雄

### 男性高齢者の地域参加

現在、社会から孤立し、悪質商法被害や孤独死等の悲しい事件がある。悪質商法予防のためには、それらの情報を得る必要があり、また見守る必要がある。孤独死に関しても同様である。

介護保険事業に携わる職員へのアンケートにより、「自宅に引きこもる男性高齢者がもう少し早く介護資源に出かけてほしい」との意見が多いことで、高齢男性が社会から離れていっている現実が伺える。現役を退き引きこもりやすくなる男性高齢者が増えていっている現状が松山にもあるということであろう。

本事業で、男性高齢者に焦点を当て参加を呼びかけたことにつき、どのような効果があったであろうか。

なぜ男性高齢者が出かけないのかという同アンケートでは興味あるものが無いということ、呼びかけたサロンの内容についても検討が必要であろう。

本事業の結果によれば、センター会員や職員に聞いたという方がかなりの数があったことで、センターの呼びかけが大事であるかが分かる。そして、知り合いと来た、センターの方と来たという方がほとんどであったことから見ると、何らかの呼びかけや、誘いがあれば参加を促すことができることがわかる。

参加した方のアンケートによっても「楽しかった」「また来る、来るかもしれない」等が半数を占めていることから、興味がありそうなイベントをし、何らかの呼びかけがあれば男性高齢者の地域への参加等を促せるということがいえるものである。

参加者へのアンケートで「何をしたくて来たか」という問いに「食事」と「休憩」が多いことで、企画したイベントとそれへの参加に繋がりはあったのであろうか。それについては、ビデオ上の参加者の雰囲気から、特にしめ縄については男女で仕事の役割ができ、表情からも企画に対する満足度は伺える。

男性高齢者が、踏み出し難い一歩をとというコンセプトを考えるとおおむね成功したといえると思う。さらに、事業を継続的にし、男性高齢者の参加を続けられ、新たな高齢者を誘っていけるネットワークが構築できれば、高齢者世帯の情報不足や、見守り不足から来る悪質商法被害等も減少するのではないだろうか。

### 認知症及び介護予防と後見制度の受任者不足

本事業により外出する機会が増え、体を動かす、会話をする機械が増えれば認知症や、介護予防に繋がることは、他のサロンでも実証済みであると思う。

現在、高齢者のみの世帯で財産の管理ができかね、後見制度を利用したいと考える高齢

者は増える一方であるが、制度利用のための後見人受任者不足が深刻な問題となっている。

市民を後見人に要請する制度も始まってきているが、まだこれからの事業であり、すぐに供給が間に合うということは無いと思われる。

引きこもりがちになっていると認知症になりやすい、要介護状態になりやすいということは容易に分かることである。そのような状態になり、後見制度も利用しないといけないという状況になった場合、介護サービスは、受けられるであろうが、後見制度となると、先の状況から制度利用は難しい。

後見制度は、判断能力の補填のための制度ではあるが、やはり最後まで自分の事は自分で判断できるということが望ましいのではないかと思う。そのためにも、本事業で、引きこもりがちな男性高齢者を地域に参加していただき、色々なイベントや、情報に触れていただき認知症予防等と安らぎの場所の提供、そして正しい情報の提供等できればと思う。

### **今後の事業の課題**

本事業がきっかけで、社会とつながりを持とうと感じた男性高齢者の意思を大切にし、そのような方を増やすためにも継続的な事業としていただきたい。

また、楽しみの中にも、ライフデザインノートの活用にあるように有益な情報、正しい情報の提供を続けていただき、健康でまた、生活面で不利益を被らないため、被害等を防止するための情報提供の場でもあって欲しいと思う。

## 第4節 介護保険制度運営からみたシルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業の在り方について

松山市介護保険課  
山内 利博

介護保険制度の基本理念は、「できる限り在宅で自立した日常生活を継続できるように支援すること」であり、厚生労働省の介護予防対象者をチェックする項目では、「運動機能」「栄養」といった身体的な事由の他に、「閉じこもり」「認知症」「うつ」といった項目に着目し、本人の意欲や活動性の低下などが原因による要介護状態への移行についても注意が必要であるとされている。高齢期となっても、就労や地域活動などにより戸外でコミュニケーションをとることも、介護予防の効果があるものと期待される。

一般的に、男性は地域活動等に出でこないとされており、本事業のアンケート結果や「メンズサロン」の実施内容等も参考に、今後も、男性の役割を引き出すなど、引きこもりがちな高齢者等も参加しやすい事業等について考えていきたいと思った。

シルバー人材センターは、介護保険外サービスを提供する1社会資源であるとともに、就労意欲を持つ高齢者会員が各地域で活動しており、一方で、市内10地域で運営されている地域包括支援センターは、介護予防等を担当する地域拠点であり、各地域の高齢者の実態等を把握し社会資源ネットワークを構築する役割を担っている。

地域の高齢者の実態や傾向等をシルバー人材センターと地域包括支援センターの側面から把握し、可能な範囲での情報共有や事業連携を行うことができれば、さらなる地域特性の把握や相互の事業への効果等が期待されると思われる。

松山市地域包括支援センター 城北  
主任介護支援専門員 本多 敬子

地域包括支援センターでは、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるように必要な介護サービスやその他保健福祉サービスなどの社会資源との連携により地域の高齢者の心身の健康の維持、生活の安定のために必要な援助・支援を行う機関であり、地域との連携は必要不可欠となっています。

地域包括支援センターで主に対象となるのは概ね65歳以上（一部40歳以上65歳未満の方も含む）の高齢者、また高齢者を抱える家族であり、地域との連携といっても介護保険や高齢者に偏った支援になっているようです。

一方、民生委員や地区社会福祉協議会、公民館活動などは地域住民全体を対象としてお

り、幅広い活動が展開されています。

民生委員協議会や高齢クラブ、地区社会福祉協議会など、地域の既存の団体の協力を頂きながら地域包括支援センターの業務内容の周知、介護予防教室や健康教室の案内など地域の連携というより地域の力を貸してもらって活動できていたように思います。

最近では地域包括支援センターも「認知症の理解や認知症サポーター養成講座」「福祉体験」などで小学校、中学校にも出向く機会が多くなってきました。またグループホームの運営推進会議には民生委員、町内会役員だけでなく、幼稚園の園長、小、中学校の校長、自主防災組織の方、公民館館長、施設の近所の方等多彩なメンバーとなっているホームもあり、介護保険の施設（入居者、スタッフなど）も地域の一員としての理解が進んできています。このように地域包括支援センターだけではなく介護サービス事業者も地域住民と施設の連携を図る役割を担っているのではないかと思います。

地域包括支援センターでは「地域ケアネットワーク会議」等の地域連携だけではなく、介護サービス事業者との連携、地域の介護支援専門員個々の相談を受けたり、ケアマネ連絡会を定期的で開催し、介護保険制度の確認や地域における要援護高齢者対応などの事例検討会、社会資源などの情報共有、困難事例への支援なども継続して行っていく中で、今回の「シルバー人材センターと地域包括支援センター連携事業構築の試み」による、農園での活動や施設でのお砂踏みのように何かの形で実現されれば（男性に限らず）地域住民の介護予防につながり、住民主体で互いに助け合い声をかけあう人とのつながりのある地域に戻ることができれば、介護保険制度の継続が危ぶまれることはなくなっていくのではないのでしょうか。

## 第5節 男性高齢者の孤立を防ぎ、支援体制につながりやすくするために

社会福祉士 村口 毅

高齢者にとって「不安に思っていることや困っていることは何ですか？」というアンケート（ライフデザインノートを利用したアンケート Q3）を見てもわかるように、健康問題、介護に関することは大きな関心事であることは間違いありません。また、「閉じこもり、うつ予防のためには？介護予防のためには？」という問いに関しては（本アンケート問25の自由記述）にあるように、人との交流、会話、スポーツ、趣味、シルバー、などの回答が大多数を占めています。しかし、現実には男性高齢者は、女性高齢者と比較するとサロンや、生きがいデイサービス等（以下、生きがいデイサービス等という）の利用状況で明らかなように、交流の場面に顔を出すことに積極的ではありません。男性高齢者にとって孤立化自体が大きな生活課題と考えられます。

また、孤立化することで、支援が必要な時に周囲の人に気付かれるまでに時間がかかる、何か問題があるようだが日ごろの付き合いがないから声が掛けられない、支援者に結びついた時には遅すぎた、という現状も数多く見受けられます。つまり、いくら制度が充実しても適切に支援に結びつかなければ、何の実も結ばないのは明白です。

男性高齢者の孤立化を防ぐひとつの具体的な方法として、生きがいデイサービス等への参加の促進は有効であると考えます。現在は女性を中心とも言われる男性高齢者の生きがいデイサービス等への参加促進のためには、（本アンケート問18）から、話し相手がいること、自分の好きなことができること、自分の役割があることが考えられます。また（介護保険事業にかかわる職員へのアンケート）にも、現状の生きがいデイサービス等の男性利用のために不足しているものとして男性の参加できる活動内容がない、という意見が目立ちます。今後、生きがいデイサービス等で本アンケート問18を土台に、一人ひとりの参加するにあたっての希望・目的等を大切にしながらグループ援助を行っていただけたら男性高齢者の参加が促進されるのでは、と考えます。また、生きがいデイサービス等スタッフの研修内容に、集団援助技術を学ぶ機会なども加えていただくのも必要と考えます。生きがいデイサービス等では、多くの予算も必要ですが、参加者が促進されることで、介護予防や地域住民のつながりを強化でき、高齢者の生活の質がよりよいものとなります。男性も参加でき納得できるサロン・生きがいデイサービスがたくさんできることを期待しています。



## おわりに

聖カタリナ大学 秋山昌江

本研究では、シルバー人材センターの会員ネットワークを活用し、介護サービスを利用していない男性高齢者を対象としたニーズアセスメントを行った。さらにその結果を地域包括支援センターにフィードバックし、モデル事業であるメンズ・サロンを実施した。本研究のねらいは、地域包括支援センターの地域支援事業をより効果的に実施できる体制のモデルを構築することであった。明らかになったこととして以下の点が上げられる。

- ①シルバー人材センターの会員ネットワークにより集められたニーズは、地域包括支援センターの事業展開に大いに役立つ。
- ②介護サービスを利用していない男性高齢者の約8割は、充実した日々を送っているが、約2割は地域社会の中で孤立化している可能性がある。
- ③その2割の男性高齢者は、健康と感じられない、社会とのつながりが希薄である、寄り合い活動に否定的である、趣味の楽しさが実感できない等が具体的に上げられる。
- ④シルバー人材センターと協力しメンズ・サロンを実施した結果、男性高齢者のより具体的なニーズが浮き彫りになった。

さて、この調査研究においては、その目的を達成するために、松山市シルバー人材センター、当センター北条支部、シルバーサロン清水町、医療法人慈孝会福角の里、介護保険事業に係わる職員など、多忙な業務の中、数多くの方々からご指導ご協力をいただいた。この報告書をまとめるにあたって、心よりお礼申し上げる次第である。

現在、高齢者を取り巻く社会問題は、男女を問わず、虐待や孤立死、消費者被害問題、災害支援などさまざまな生活課題が山積みである。今回のような高齢者の生活を支えるための地域を主体とした連携のあり方は大変意義深いことである。地域住民や地域の多様な団体が共に考え、知恵を出し合い、地域の実情に即した事業が展開できるように、微力ながら私たちも模索し続けていきたいと思っている。

## 付 録

1. 委員会設置要領
  
2. 事業の実施体制
  
3. 事業実施状況
  
4. サロン開設パンフレット
  
5. 本事業に参加した一般高齢者等からの提言
  - その1 シルバー男性の招集率アップのために
  
  - その2 めざせ!『はじめ人間ギャートルズ』計画
  
  - その3 あなたの夢実現プロジェクト

## 1. 委員会設置要領

社団法人松山市シルバー人材センター

「会員(高齢者)ネットワークによるニーズアセスメントを通じたシルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業構築の試み」事業に係る検討委員会設置要領

(目的)

第1条 この要領は、社団法人松山市シルバー人材センター(以下「センター」という。)が、厚生労働省老健局から受託した「会員(高齢者)ネットワークによるニーズアセスメントを通じたシルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業構築の試み」事業(以下「事業」という。)を実施するに当たり、事業内容の検討、協議、評価機関として、事業検討委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第2条 委員会は次の事項について検討・協議する。

- (1) 事業の基本方針に関すること
- (2) 事業計画の編成に関すること
- (3) 事業内容の検討に関すること。
- (4) 事業結果の分析・評価に関すること。
- (5) その他、事業に必要なこと

(組織)

第3条 委員会はつきに掲げる委員9名をもって組織する。

2 開設当初の委員は次の者で編成し理事長が委嘱する。

聖カタリナ大学人間健康福祉学部 教授 恒吉 和徳

聖カタリナ大学人間健康福祉学部 教授 秋山 昌江

聖カタリナ大学人間健康福祉学部 講師 丸山 裕司

聖カタリナ大学人間健康福祉学部 講師 岩満 賢次

聖カタリナ大学人間健康福祉学部 助教 武村 淳司

松山市地域包括支援センター城北 主任介護支援専門員 本多 敬子

木原司法書士事務所 司法書士 木原道雄

村口社会福祉士事務所 社会福祉士 村口 毅

松山市保健福祉部 介護保険課 副主幹 山内 利博

3 委員会に、委員長及び副委員長を置き、委員の中から互選する。

4 委員は、委員長の許可を得て代理人が出席を求めることができる。

(任 期)

第4条 委員の任期は、本事業完了までとする。

2 委員に欠員が生じた場合は、委員会で選任することとし、選任された後任者の任期は、前任者の残任期間とする。

(職 務)

第5条 委員長は会務を統括する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

(委員会の開催)

第6条 委員会は、委員長が必要と認めたときに開催する。

2 委員会の運営は、委員長があたる。

(会議等)

第7条 委員会は、委員長が招集し、その議長となる。

2 会議の運営は、定款第23条から第26条を準用する。

3 委員長は、必要に応じて委員以外の関係者の出席を求めることができる。

4 委員は、会議において知り得た職務上の秘密を他に漏らしてはならない。

(経 費)

第8条 委員報酬は、下記のとおりとし、委員会出席の都度支払うものとする。

委員長 12,000 円

委員 10,000 円

(委 任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、委員長が別に定める。

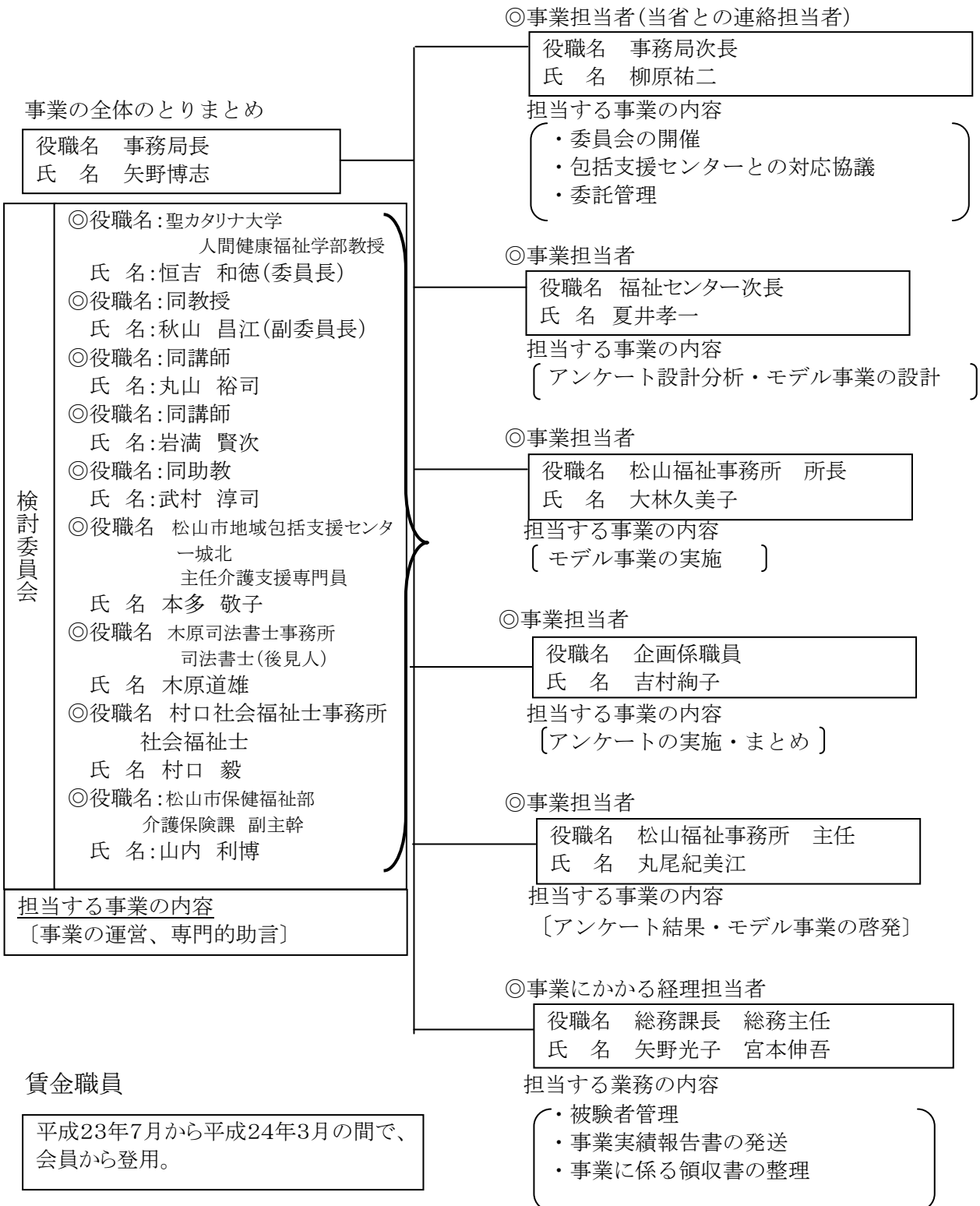
(庶 務)

第10条 委員会の庶務は、センター総務課において処理する。

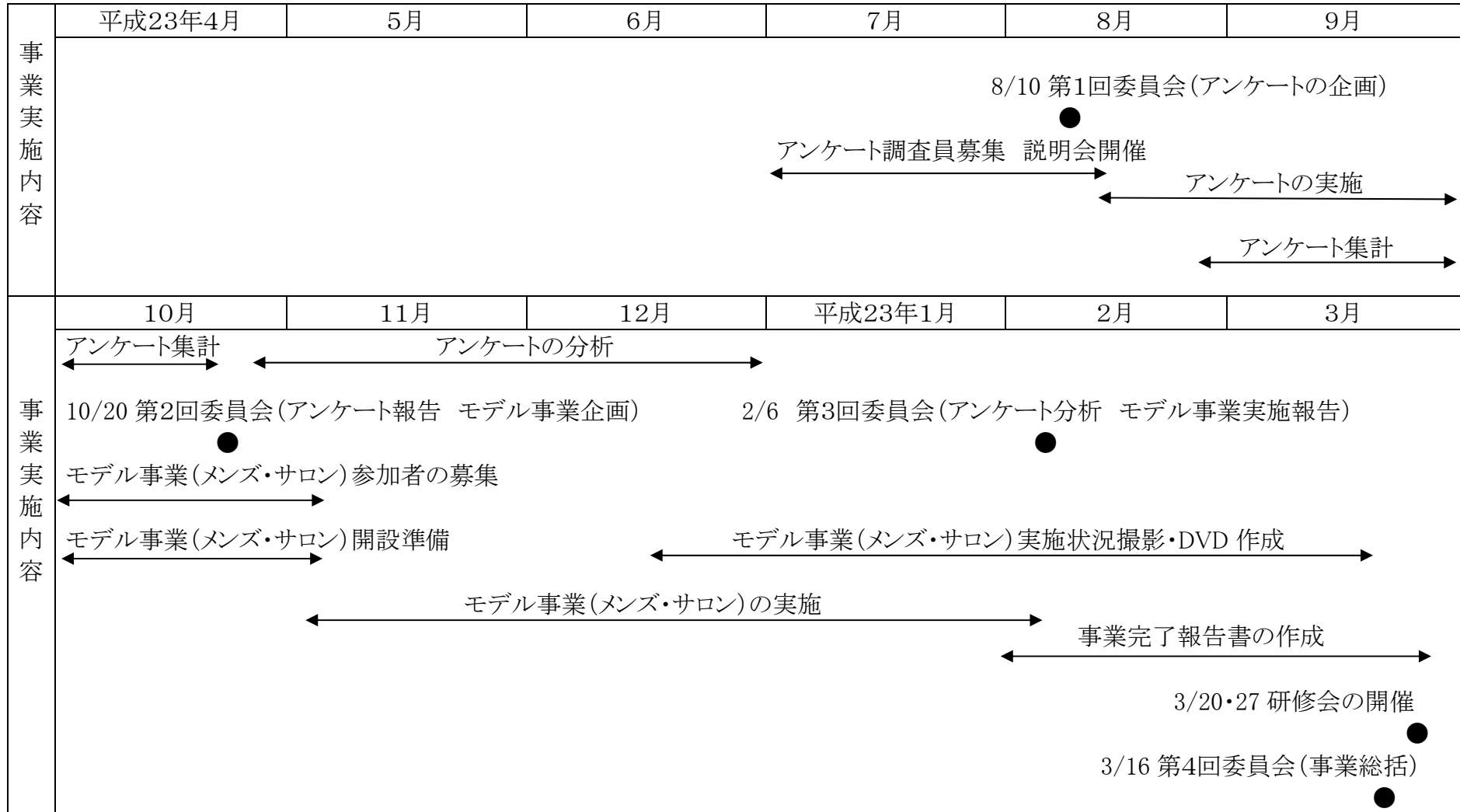
附 則

この要綱は、平成23年8月1日から施行する。

## 2. 事業の実施体制



### 3. 事業実施状況



4. サロン開設パンフレット

一步踏み出す。ちょっと楽しい。また行こう(^-^)

# 「メンズサロン」

## スタート! 11月1日(火)

**昔を懐かしむ企画**  
あの頃話題だった洋画・邦画再生中!  
古い写真を読み取りデータ保存する。  
「フォトレコ」パソコンで見られる!  
プリントアウトできる!  
自宅の写真をご自由にお持ち下さい。  
劣化しないようにデータとして保管できます。

**年末お楽しみイベント**  
「出張サロン」開催します

12月 <b>5日</b> 月曜日	12月 <b>10日</b> 土曜日	12月 <b>22日</b> 木曜日	12月 <b>28日</b> 水曜日
福角の里 お砂踏み		北条支部 しめ縄作り・餅つき	

スペシャル予告  
**野菜の収穫と  
竹炭づくり体験**  
2月12日(日) 野本農園

**サロン地図**

駐車場はありませんので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

**住所** / 松山市清水町2丁目3-10

**営業時間** / 月～金曜日(土・日・祝休み)  
午前10時～午後4時

**お問合せ/メンズサロン**  
(竹本・佐藤)

**TEL (089)904-6745**

**(社)松山市シルバー人材センター**

## 5. 本事業に参加した一般高齢者等からの提言

### その1 シルバー男性の招集率アップのために

伊 東 まゆみ  
(S26年生 フリーライター)

#### 【傾向】

##### ■世代特徴

- ・70～80代…これまで高齢者と言われていた世代。退職金や年金も多く経済的には余裕がある。「定年後は趣味でゆっくり」と考えている人が多い。人材センターの仕事も「趣味」として使っている。
- ・60代…いわゆる団塊世代。今後益々増えるこの世代は、年金受給が65歳から。また厚生年金のみだと17万円程度で、これに企業年金が加算されても決して裕福ではない。定年退職後5年間は、再就職をしている人も多いが、現職時代より収入は減らされている場合もある。競争の時代を生き抜いてきた世代であり、高学歴・高知識の人たちが多く。また健康への関心は高い。

##### ■外出しない理由

- ・大きな要因の一つとして経済的理由がある。
- ・これまで、何かの「組織」に属していたが、自分に合った「組織」が見つからない。いわゆる「出かけるべき」場所がない。

##### ■サロン利用状況

- ・既成のサロンは、60代男性から見て「自分より」高齢の婦人たちが集まっていて「居場所」がない。
- ・サロンに行くべき「目的」がない。
- ・高齢者は「囲碁」「将棋」が趣味だという考えは、70代には当てはまるかもしれないが、60代にとっては、彼らはゲーム世代の走りであり、当てはまらない。
- ・既成のサロンは、スキルアップも情報収集も望めない。

##### ■今シルバー世代が求めるもの

- ・「個性」が尊重された世代。趣味も関心も多様性を極めている。ただ「向上心」は、この世代のDNAに強く息づいている。
- ・健康への関心は強い。統計をとってはいないが「リタイア組」の多くは、ジムに通っている。
- ・まだまだ現役という意識があり、「経済面」で利益がある情報を求めている。また経済的



なことは、「趣味」ではなく「生活」全体に関係する必須項目である。(最近、定年破産という言葉が生まれている)

・「コミュニケーション」に関しては、男性の場合「コミュニケーション」を求めてどこかに集うのではなく、目的のために集いそこから「コミュニケーション」が生まれることが多い。これまでの会社組織はまさにその原型であった。それに比較して女性は「コミュニケーション」を求めてその場に集まる。例えばママ友たちの「公園デビュー」やお茶会などはその例である。

## ■対策

・知的好奇心やスキルアップの要求を満たすサロンづくりを心がける。例えばパソコンや政経塾などの勉強会など。「無料」で受講できることは魅力である・

・これまでの世代は「誰が養っていると思っているのだ」的な、家族の経済の支柱であることで、位置を保ってきた。それが、先に述べた経済的理由でリタイア組の妻がパートに出ている家庭も増えてきた。これまでの夫婦の位置関係が逆転しているのだ。従って、男性にもある程度の「報酬」がある会づくりを心がけると、反応は大きくなるのではと考える。それはまた「無料の弁当」レベルでもいい。主婦（妻）は、喜んで送り出すかもしれない。

・また一つの傾向として、「夫婦」で行動するパターンも増えてきた。「夫婦」が共に楽しめるイベントや企画も効果的である。

・重複するが、サロンは「第二」の人生をスタートするヒントの場であることが望ましい。

・最後にリタイア後に実行している項目は①旅行②ジム通い③野菜づくりなどの土いじりなどである。また松山では、霊場巡りも人気がある。

これらを総合して。

●リタイア異業種交流会的な、情報交換・体験発表の場づくり。それまでの社会経験を、今後の人生にいかにか還元するかなど。あるいは第二に人生のために。

●経費のかからないツアーなどの企画

●サロン株式会社的な取り組み（サロンが収益を生むための参加型企画）一例えば「サロンブランド」の確立など

●サロンでの「男性用」弁当の発売。安くボリュームがあるランチの提案。リタイアした夫の三度の食事づくりは妻にとって最も負担となるという声が多い。

●男性家事教室の開催…上記の夫婦の位置が逆転した場合、それを逆手にとって、夫が家事をする「主夫」の育成。「男の料理教室」や「男の収納術」など。これはもし「妻」に先立たれた時、介護の必要に迫られた時にも役立つ知識などを謳い文句に。

●男女共学の世代のためサロンではなく「サークル」的なイメージを構築していく。

## その2 めぎせ!『はじめ人間ギャートルズ』計画

大西 月子  
(S29年生 元居酒屋女将)

### ●『はじめ人間ギャートルズ』の風景

石器時代、家族を養うために、おとうさんはいつものように狩りに出かけた。石器の剣だけを頼りに、おとうさんはサボテンの荒れ野をどこまでも突き進む。すると、突如、目の前に妙齢のご婦人が現れる。いきなり出現した“砂漠の花”を前にして、おとうさんは金縛りにあったように立ち往生。そんなおとうさんにはおかまいなく、“花”はフェロモンをブンブンまき散らしながら、艶めかしくもしなやかにすり寄ってくる。すっかり舞い上がったおとうさんは、家族のことも狩りのこともそっちのけ。しばし桃源郷に酔いしれる。

どれほどの時が流れたかもわからなくなった頃、“花”が「ハア—、みんな出てらっしゃ—い」と叫んだ。するとサボテンの陰から、あっちからもこっちからも子どもたちがグジャグジャ出てきた。その子どもたちに向かって、「ホラ、みんなのおとうさんよ〜」と、“花”はそれまで以上の満面の笑み。その“おかあさん”の声を聞く間もなく、子どもたちは“おとうさん”の肩にも腕にも足にも、ぎっしりとぶら下がった。

その時、空を仰いで“おとうさん”はひと言「ギャー!」と吠えた。やがて天空にこだました「ギャー—ア—ア—!」の石文字の声は、ガラガラと音を立てて崩れながら空から降ってきた。

これはかつてテレビでも放映された人気アニメ『はじめ人間ギャートルズ』のひと巻。もう笑い飛ばすしかないほど身につまされたおとうさんは少なくないはずだ。このシーンを現代の現実置き換えても、まるっきりかけ離れた想像上の世界観ではなさそうどころが、何とも切ない。

### ●今も昔も女は強し!されど男は!?

おとうさんは今も昔も家族のためにガンバってきた。ときどき迷うことがあったとしても。外からのさまざまな圧力にも、日々強くなる妻や勢いづく子どもたちの内からの抵抗にも、何とか踏ん張りながら。

やがていつの間にか、そんなおとうさんに退職が訪れる。これが、原始時代と現代の違いかも知れない。古代なら家族のためや自分が生きるために、本能の赴くままに最後まで狩りでも漁でもしていればよかったのだろう。ところがなまじ現代では、引退とか老後の年金生活とか、いずれにしても再出発の人生はそれまでのようにはいかない。

その点女性は多くの場合、男性より老後に強いようだ。家事や孫の育児の手伝い、老々介護のケースでもその負担の多くは女性にのしかかる。そしてその分、女性にははっきりとした引退がないともいえる。

あるとき 80 過ぎの男性が、「今度生れるときは女がいい。男は年を取ると働く場も女ほ

ど選べなくなる」というのを聞いたことがある。女性は介護世代から孫まで、無意識のうちに100年の計で生きているのかも知れない。そしてそれもまた、老いても女性が強くも自在に生活できる必然的ゆえんとも思える。

退職後の男性に話を戻すと、女性のようにはいかない場合が多い。特に現在老後を迎えている世代は、重い荷物を下おろせないでいる。“戦中戦後”の意識を多分に引きずっていたりするからだ。戦争体験を語って来なかった人も、いつの間にか語らなくなった人も、心に沈んだままの当時の記憶が、職責から解放されたはずの退職後になって蘇ってしまったりするようだ。

仕事一筋で来てしまい、交流関係も経ち切れ趣味も見当たらないおとうさん達やまして一人暮らしの老後の生活に、沈鬱な気持ちを抱えながら、ハタと立ち往生してしまうケースは少なくないようだ。そのまま新たな目標を見つけられない男性は、意欲も気力も失くして“ひきこもり”を決め込んでしまうことにもなる。

昨年の東北大震災の後、それまで元気だった老人の20%が歩くこともできなくなる“生活不活発病”にかかったといわれるが、まさにその状況にもなり兼ねない。

#### ●それでも、男は純で一途な思いを秘めている

実はかつて私は、30年ばかり居酒屋や喫茶店など、飲食店で働いた経験がある。その頃、母として幼稚園や学校で過ごすときには女の強さを思い知った。その一方で、春宵一刻、特に夕張とともに居酒屋に集う男集団のナイーブなやさしさに愕然としたことがある。

しかも“男は女よりロマンチスト”とか“男はいつになっても少年の心を忘れない”とかいわれてきたが、ほんとに職種や立場を問わず、酒の場での男性は“まるでランドセルを背負っているよう”と感じることも多々あった。

どんなに社会の荒波を越えてきた人も、彼らはどこか純で真っ直ぐな心を見失っていない。そんな男性ならではの明解さと強みを信じて疑わない私としては、ますます“山の神さん”と化した女性たちに、“最も高くつく粗大ゴミ”扱いを受ける男性諸氏に、ぜひとも思い出して欲しいことがある。やっと手に入れた自由な時間を、老いに傷つき、さらに貝の蓋を閉め、ひたすら忍耐を決め込んでいる場合ではないのだ。

むしろ世界初の高齢社会を突き進む選ばれた世代なのだから、すべての人類の夢であるはずの生き生きとした自由な生活を、最も自分らしい生き様を、老後の今だからこそ先進地事例として胸を張って見せてほしい。それこそが、生き残れなかった人々の祈願を引き継ぐことでもあると考えるからだ。

さて、そんな理屈っぽいことより、どうやって彼らを家から外に出すか、そのヒントが欲しいだけ。そろそろそんな声も聞こえてきそうだが、そのためのノウハウを駆使する前に、以下のことを忘れて欲しくない。

このプランが高齢者問題の取組みの一貫であっても、これは弱者にナイーブに向き合っ

りは、例え理解できなくとも、相手の理解に努めようとする事。そして少しでも寄り添いたいと願う事。その上でさらに相手の存在価値の大切さを忘れない事。

かつてわたしの前で、「もしこの世からひとりの年寄りが消えたら、一冊の辞書が消えたと思え」と喝を入れてくれた老人がいる。その言葉を忘れることができない。

まずは導くサイドが自ら心を開く意識がなければ、頑になった相手の心を動かし行動まで引き出すことはできないと思う。逆にその姿勢があれば、それだけでも相手の心を開放し、“天の岩戸”から導き出すことができるかもしれない。

そしてその意識があれば、この問題解決は格段に前進すると考える。

### ●『はじめ人間ギャートルズ』的ココロ

以上を踏まえて、具体的な提案に移りたい。

女性心理の複雑さに比べ、特にこの世代の男性は基本的には一本気であり、裏を返せば単純明快である。それは一見やっかいそうな老後問題の解決にとっては実に幸いなことだ。

ほんの少しの示唆とささやかな介助があれば、早期のケースや引きこもり度合いの浅い人なら、外に出て行動を起こし始めることもそれほど難しくはないはずだ。もともとこの世代は“男子の本懐”に照らし合わせて、自ら軌道修正できる智恵と力を長年培っているのだから。

そこでまず軽度のケースを考えてみたい。少しばかり自信を無くして意気消沈してしまった男性たちをもう一度元気にするヒントが、冒頭のアニメのなかにある。

狩りに出たはずのおとうさんは、いつしか目的を見失い、女性の色香に血迷ってしまう。それは本能の為せる業に違いない。しかも血気盛んな男としての種族保存本能と狩猟本能という、複合的な勢いに突き動かされてしまうのだ。

現代人の老いの現実、そんなわけにはいかない。それは太古のことで、現代に通じるものがあるとしてももっと若い頃のことだと思われるかも知れない。しかし年齢に関係なく、身体的にも経済的にも、ゆとりや自信のある人は恋も結婚もする。

また猪や熊などの猟に山野を駆け巡るのは、いまでは若者よりも圧倒的に高齢者が多い。戦場でぎりぎりの局面を打破して生き抜いてきたのも、彼らだ。望むと望まざるとに関わらず、かつて培った“肉食系”の底力は、種火のように潜在し発露を求めているはずだ。

幾つになっても可愛く美しい女性がいると嬉しいのは、万国共通。まず一つ目のキーワードは女性。いつだって、女性は“男性の本来性”を呼び覚ます“女神”なのである。

最近、性欲の強さと寿命の長さに因果関係があるという報告も出ている。このエネルギーを活かさない手はない。

場面設定の一つはこうだ。

夜の席を用意する。夜といえば酒だ。しかしノンアルコールでもいい。菓子があってもいい。大切なのは、気楽な場の提供である。昼間にかしこまった席を用意しても気軽に参加できない人もいるだろう。酒やつまみは有効だが、話せる場づくりが大事だ。

そこに女性に参加してもらおう。若い女性でも、元気なお姉さんでも、いろっばい女性でも、それなりにいい。一度に違ったタイプの女性が出揃うと、かえってぎこちないかも知れない。できれば順番にいろんなタイプの女性に登場願えば、それぞれの好みにも叶って楽しみも増えるだろう。

ろうそくを並べる日があってもいい。飲食物はひとり一品など、持参型もいい。腕に心得のある人が料理などを作り、自作の器などを持ち寄っての集いも楽しめるだろう。

少し気楽に参加することができるようになれば、近くていいから自然のなかでアウトドアの座を用意すれば、さらに有効だろう。森や川や海の自然に触れれば、それだけでも元気になる。

薪を割り、火を熾して、肉や魚や芋を焼く。それこそ『はじめ人間ギャートルズ』的ココロを蘇らせて、少年の日や青春時代の体験談に興じて欲しい。“道草”や“寄り道”にときめいた日々を思い出し、もっと楽しく、いつまでも色っぽく生きる自分を取り戻してほしい。

もちろんそのためには、やはりそこに女性がいれば、男子たちはがんばるはずだ。

いずれの場合でも、少し慣れてくればすべて用意するより、順次参加型にしていけば、自ずから自発的行動を呼び覚ますきっかけにもなるだろう。自然に友達や仲間づくりができれば、新たな企画は彼ら自身が提案してくれるようになるかも知れない。

ほんとは彼らのことは、同じ立場の者が一番わかるはずだ。次のステップとして、立ち上がることができた人たちに、それぞれの縦横の関わりをつたって、まだ出て来ることができない仲間たちに、自らの再生体験を伝えてもらって、未だ外に出て来ない人を連れ出してもらえるようになるかもしれない。

あくまでほんの少しの介助で、自助作用を促すことが大切で、子育てと同様に過保護は却って遠回りになる恐れがある。それに介助する側も、不要な力は抜いて一緒に楽しむくらいのゆとりがなければ、いいアイデアもせず、長続きするはずもない。

#### ●すべての悩める子羊に、“ワニ”をプレゼントするために

それでも動かない人は、この計画はもちろん当てはまらない。その人たちに対しての案はあるが、今回の計画では対象外と思われるので、それは置いておく。

ただし、先にも述べたように日本は世界初の高齢社会になっている。その現実をどこまで本気で受け止めるかで、すぐそこまで来ているわたしたち自身の老後を幸せにも不幸にもするだろう。“戦争がない国に生きているのに、平和や幸福の実感がない”と感じる老後は、自分も他の人たちにも生きて欲しくないとわたしは願っている。

かつてうちの子らに100冊を越える世界の名作絵本として選ばれた童話を戴いたことがある。その大小さまざまな本のなかから、当時4~5歳だった娘と息子のふたりの子らが、迷わず選んだ一冊の本があった。

タイトルは忘れたが、それはワニについての本だった。クレパスの箱のサイズの横長な

表紙にワニの頭から腹までが描かれ、そのまま裏表紙まで平面にして広げると下腹からシッポまでの絵が真っ直ぐ繋がっていた。本を横に開くと、幼児がすっぽりとワニを抱く格好になるのだ。巻頭には「ワニをつかまえるのはむずかしくない。エジプトいきのふねにのればいい」の一文。その後もページをめくる毎に、端的な一文のみが続いていく。

唯一この本をふたりがわたしのところに持ってきて、嬉しそうにその文章を淀みなく唱和したのだ。このとき、わたしは名作の名作たるゆえんを思い知った気がした。

幼子が本の表紙を開いた途端、生れてはじめて両手でワニを抱くことになる。それはどれほどのときめきだったろう。まるでこの手品のような演出で、いきなり子どもの心をわしづかみにしたのだ。

高齢者の心に、そんな“ワニ”を届けるために、もっともっと考えてみたいとワクワクしながら、今日は筆を置くことにする。

### その3 あなたの夢実現プロジェクト

門 田 裕 一

(S37 年生 映像制作ディレクター)

コンセプト) あきらめない限り夢は必ず実現する

キーワード) 対話 語る 笑顔

#### ■企画背景

少子高齢化時代にあたり、高齢者のひきこもりがクローズアップされている。

2009年に実施された世田谷区のアンケート調査では目を奪うような結果が出た「高齢者の7割超が日中にほとんど外出せず」。

松山市においても例外ではない。特に男性高齢者のひきこもりをどうするかこの問題は増大傾向にある介護保険料を抑えるためにも今こそありとあらゆる情報ネットワークを使い、知恵を絞り、行動をおこさなければならない。

その原動力こそ希望であり夢の実現できる社会システムではないでしょうか  
その一助となればとの願いで本企画の提案を行いたい。

---

#### ■企画参考資料1 世田谷区のアンケート調査

65歳以上の高齢者「外出せず」7割超 世田谷区が10万人調査。【2009年実施】

高齢者の7割超が日中にほとんど外出せず。

東京都世田谷区が区内に住む65歳以上の約10万人にアンケート調査結果自宅にこもりがちな高齢者の姿が浮き彫りに日中(午前9時～午後5時)を過ごす場所を聞いたところ、最も多かったのが「ほとんど家で過ごす」の42.5%。「ほとんど自分の部屋の中」も3.6%自宅の敷地内で過ごす人も含めると計72.4%。

日中にほとんど家を離れない高齢者が多い実態が明らかに。

近所付き合いについての質問では「ほとんど付き合いがない」「あいさつをする程度」が計57.1%。

一人暮らしで親族や友人と連絡を取ることがほとんどない「社会的孤立」の人も2.6%いた。

#### ■企画参考資料2 高齢者の行動力が落ちる原因とは

高齢者の行動力が落ちる原因として 視覚低下・聴覚低下があります。

外部の情報に触れないことは 興味・関心の低下につながり老化の進行につながります。

日光を浴びることは 人間にとって大切なことです。

日光を浴びることは 皮膚の老化防止になるからです。

身体的要因をいち早くキャッチするシステムの構築を

---

### ■企画参考資料3 ひきこもりの心の声

- 「残りの後半生、わずかでも希望をみいだしたい」
- 「すこしでも、ひとのやさしさやあたたかさにふれてみたい」
- 「えたいの知れない孤独な気持ちをわかってほしい」
- 「すこしでも、おとなとしての自信をもちたい」

#### 希望の見える打開策を

#### ■なぜ引きこもるのか、その理由を探り、個別に対策を考える必要がある

##### 理由1. 外出の手段がない

車が運転できず、自宅から駅やバス停が遠い人にとって、外出は億劫なものです。市のミニバスなどを使って、容易に出かけられる所が望ましい。

##### 理由2. 経済的余裕がない

街での娯楽はお金がかかりますから、高齢者対象の集会所など、地域のコミュニティスペースが利用できると良い。

##### 理由3. 情報が不足している

主な情報源は、自治体のお知らせ（各戸に無料配布）か、街の掲示板か、お友達の口コミでしょう。その他の情報は、第4の手段（インターネット、フリーペーパー、情報案内所など）を通じて入手することになりますが、あくまでも自宅から徒歩圏内で得られることが重要です。

「足がない」か、「お金がない」か、「人付き合いが嫌い」かのいずれかに該当する（ただし、足やお金がなくても、積極的に表に出て行くお年寄りはいくら多いと思います）情報提供の考え方としては、足やお金がない人（＝やむなく引きこもる）を対象にし、交際嫌いの人（＝真の引きこもりで外出は困難）は対象外にした方が情報を収集しやすいのでは。

---

### ■提案1

#### サロンは地域情報の宝庫でなければならない

サロンが立地する地域の情報をできるだけ収集する。その媒体としてコミュニティラジオ局の開設を提案する。

#### 提案理由

シルバーの新しい世代は多くがラジオリスナーであり、ラジオが青春の世代である。一度はパーソナリティを夢見たこともある。もちろんラジオ局は手弁当で運営する

#### ■ラジオ局実現のための人材

- ・ハム・無線に強い人・音響関係の趣味がある人・ラジオが大好きな人・元アナウンサー
- ・元エンジニア・元ディレクター・営業マンも（広告をとれる人）・企画できる人・文章の書ける人・パソコンができる人

- 期待される効果 地域防災への期待・地域の情報が集まりやすい



---

## ■提案2

### サロンは出会いの場であり夢を語れるところである

サロンに行けば趣味の実現 困ったことのヒント 仕事のヒント ようするに考える仕組みがある。

そしてそのサロンには「私の話をうんうんと聞いてくれる女性がいる」とにかく語ってもらう。あなたの思い出を、思っていることを

その語り口がやがて一つのプロジェクト、いや世界でひとつしかない物語が動き始める。

### ★夢実現コーナーの開設

サロンには夢実現ボードがある

そこにはこんなことがしたいとのカードがある

### ★カードコンセプトは「この指とまれ方式」

一枚のカードを見てみよう 「私は松山を舞台とした映画をつくりたい」

このカードを見た方々が協力しますカードにどんどん書きいれていく。

そしてサロンコーディネーターが夢実現のために協力隊を結成し実現に向けて話し合いを始める。

松山 坂の上の雲 映画制作委員会 メンバー募集

・映画監督できる人・脚本できる人・ビデオカメラマン・音声・照明・衣装・時代考証・メイク・記録係・編集できる人・写真撮影・出演者多数・エキストラ・助監督・プロデュース業務・営業・広告・宣伝マン・車運転できる人(配車係)・お弁当・食事・古美術・美術担当

ゆっくりでいい 実現するためのプロセスに生きがいがあると確信する

---

### ★参照 えらい元気ではないですか 80歳の出演者も^^

#### 田んぼでミュージカル

<http://tanbodemusical.blogspot.com/>

[http://www.youtube.com/watch?v=ja-4VKd\\_Cns&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=ja-4VKd_Cns&feature=related)

#### 映画づくりは酒席から

2001年11月、崔洋一さんの講演会「映画づくりはひとづくり」が町内で開かれます。講演が終わったあとの懇親会の席上、のちに「田んぼ de ミュージカル」の監督となる伊藤好一さんと崔さんとがこんなやりとりをしたそうです。崔さんは千歳市の小学校でビデオ映画制作にかかわったことがありました。

「あちらが小学生なら穂別は老人だ」「普通の映画じゃよそと同じ。ミュージカルはどうだ」こうして町民の4分の1以上が65歳以上という穂別町で、老人によるビデオ映画づくりが始まります。先立つ費用については町が町政施行40周年記念事業として取り組むことになり、北海道文化財団などからも補助を得て、計280万円の予算。翌2002年7月から本

格的な撮影に入りました。

そして 2003 年 3 月、ついに映画は完成試写会へとこぎ着けます。出演者の平均年齢は 74 歳。補助したスタッフを除いて、監督もカメラマンも老人という老人づくしの映画です。参加者は総勢 125 人に上りました。

この映画づくりは当初からマスコミに注目され、完成が間近となった 2003 年 2 月にはその製作過程がNHKの「にんげんどキュメント」で紹介されました。また地方の時代映像祭コンクール市民自治体部門奨励賞など数々の賞を受賞しました。

田んぼ de ミュージカルの一場面

映画はこんなあらすじです。1943 年（昭和 18 年）、大豆づくりの農家、源次郎が戦地におもむきます。1947 年（昭和 22 年）、源次郎は復員しますが、人が変わったように無口になり、米づくりを始めてひたすら働きます。彼をじっと待っていたのは、出征前に見合いをした千代でした。村の人たちの温かい勧めで、2 人は結婚し、冷害や洪水と闘いながら稲作に励みます。

1980 年（昭和 55 年）、源次郎の水田が宮内庁の献穀米に選ばれ、2 人の苦労がようやく実を結びました。しかし減反政策が進むなか、息子の和富はメロン栽培へと転換をはかり、源次郎と対立します。そんな時に千代が病いに倒れ、和富の嫁 里子は、病床の千代から戦後夫婦 2 人が懸命に生きてきた話を聞くのです。そして戦争のためにあげられなかった源次郎と千代の結婚式をしようと思立ちます…。

★映画をつくるそれは主人公が様々な問題に立ち向かう夢実現の物語です

そのためにはいろんな話し合いがもたれ、様々なテーマが見えてきます。

### ■提案 3

#### 高齢者予備軍のためのサロンに

私ももうすぐ 50 代に突入です。やや老後が心配な世代となりました。

サロンの役割にはこの世代へのアプローチもかかせないのではないのでしょうか。

今から地域に溶け込んで、この世代を対象にしたプロジェクトも必要ではないのでしょうか。

#### 具体的には

高齢世代の先輩が講師役となり、「私の第 2 の人生」を語っていただくミニセミナーの実施また夢プロジェクトの支援者づくりを提案いたします

---

### ■提案 4

#### 妻そして家族の支援を

今回の企画に参加してひとつ気がかりな点がありました。

男性の方でひきこもり状態になる要因に「妻」奥様の存在があります。

男性高齢者の話し合いの時、さそった時に 「妻と相談する」と答えた男性はやがて出なくなるとの声がありました。

また女性の方々の話し合いでも「夫がでないので悩んでいる方が多い」と。

そこで「妻」である女性や家族を対象にした「どうすれば夫が外にでるか」といった専門家によるセミナー 体験談を交えての座談会を通して、かしこい妻 家族になるにはを追求するプロジェクトも必要ではないかと感じました。

---

#### ■提案5

##### 太陽の下で 汗を流そう それは耕作放棄地を市民農園にかえる運動を

今、わたしのまわりでは休耕田や畑を借りて農業に挑戦する人々 とくに男性の姿が目につきます。すごい人達は耕作放棄地を市民農園に次々と変えて、それが輪になって広がっています。

そこには自分たちの小屋を作る なんと少年時代の秘密基地のような楽しさです。そういった方々のネットワーク作りにサロンの役割もあるかもしれません。

この事業は厚生労働省老人保健事業推進費等補助金  
(保健健康増進等事業)により実施したものです。

会員（高齢者）ネットワークによるニーズアセスメントを通じたシルバー人材センターと地域包括支援センターの連携事業の試みに関する調査研究事業報告書

平成24年3月発行

内容照会先：社団法人松山市シルバー人材センター

〒790-0808 愛媛県松山市若草町8番地3

TEL089-933-7373 Fax089-933-0131

E-Mail : [matuyamasc@sjc.ne.jp](mailto:matuyamasc@sjc.ne.jp)

ホームページ : <http://m-silver.sakura.ne.jp/>