



元気なまちには“憧れ(あこがれ)”が満ちている

～子ども達と私たちはもっと繋がっていい～

地域が元気になる」とは、子どもたちと高齢者を繋げることだと思える体験をした。今は少子高齢化が最大の課題だといわれるが、視点を変えれば一人の子どもを支える高齢者が沢山いるということだ。未来を担う子どもが様々な人と出会い、多様な体験の可能性が高まると肯定的に捉えられと感じたのだ。

去る 11 月 20 日、社会教育士フォローアップ研修で伊予市双海地区を訪ねた。私たちの生涯学習大学でも度々講義していただいている若松進一さんが開設した「人間牧場」という人と人が出会い、つながる学びの館を訪れた。双海は山と海が本当に近い。上灘コミュニティセンターから 20 分ほど紅葉の山を車で上り、徒歩で山道を下った所に、海を見晴らすウッドデッキを構えたモダンな建物が立っていた。眼前には遠く松山から興居島、中島、周防大島の島影が広がる。そんな場所で若松さんが 60 年余の間、地域の仲間と育んできた物語を聞いた。青年団、町役場時代の無人島体験やセスナ機で我が町を鳥瞰したこと、夕焼けプラットホームコンサートなど、枚挙にいとまのない武勇伝は痛快だった。でも一番心に残ったのは、80 歳を過ぎた現在のことだ。ある日、中学生の孫と友達がハンモックを人間牧場に作りたいと相談してきたそう。「金はないぞ、自分達で知恵を出し、汗をかけるか」と投げ返すと、漁師の家を訪ね、使わなくなった古い漁網を貰ってきて、試行錯誤の末に 23 個のハンモックを作り上げたそう。人間牧場と大木の間にハンモックを並べ力を合わせ、皆が揺られながら本を読んでいる姿は壮観だったと微笑みながら語ってくれた。爺ちゃんと中学生が挑戦すること、こんな活動がある意義は大きいと改めて感じた。

その後、築後93年という県内最古の木造校舎を有する翠小学校を訪ねた。現在の児童数は30数名ほどだ。でも地元の子どもはほとんどいない。全国から移住してきた子どもが 10 人ほど、それ以外の 20 名は伊予市内の他地域から毎朝上灘駅までやってきて、そこからはタクシー通学だそう。1、2 年こそ単式だが、中高学年は複式だ。児童はみんなこの学校を愛している。自分たちのことを大切に思い、支えてくれる地域の人たちを信頼している。そして何よりも子どもたちの瞳は輝いていた。ここには地域と学校、子どもたちの豊かな関係性があつた。学校の隣には子どもたちの田んぼがあつて、もち米を育て、年末には地域の人と一緒に餅つきをする。校庭には美しいパンジーの花も咲いていた。この学校を選択した児童にとってはここがふるさとなのだろう。きっと双海の爺ちゃん婆ちゃんが沢山いるに違いないと私には思えた。

何が地域を元気にするのかと考えた時、「憧れ(あこがれ)」という言葉が思い浮かんだ。「憧」は“りっしんべん(心)”にわらべ(童)で成り立っている。幾つになっても子ども心を忘れない若松さんのような高齢者は子どもにとって、心を許すことができる存在に違いない。子どもの成長にはいい加減の距離感を持ったナナメの関係が大事といわれる。ゆるやかな信頼関係のもとでは、失敗も恐れず挑戦し、安心して誰かに借りをつくることのできる。幼い頃に受けた恩を心に留め、将来誰かに恩を送っていくことができる大人に育っていくに違いないと感じた。子どもたちは未来を生きていく。多くの高齢者は子どもたちより先に天寿を迎える。でも、子どもたちが高齢者への「憧れ」をずっと語り継いでくれるならば、きっと永遠の生命が繋がれていくだろう。そんなこそが本当の「元気な町」だなどと教えられた。

(文責 関)

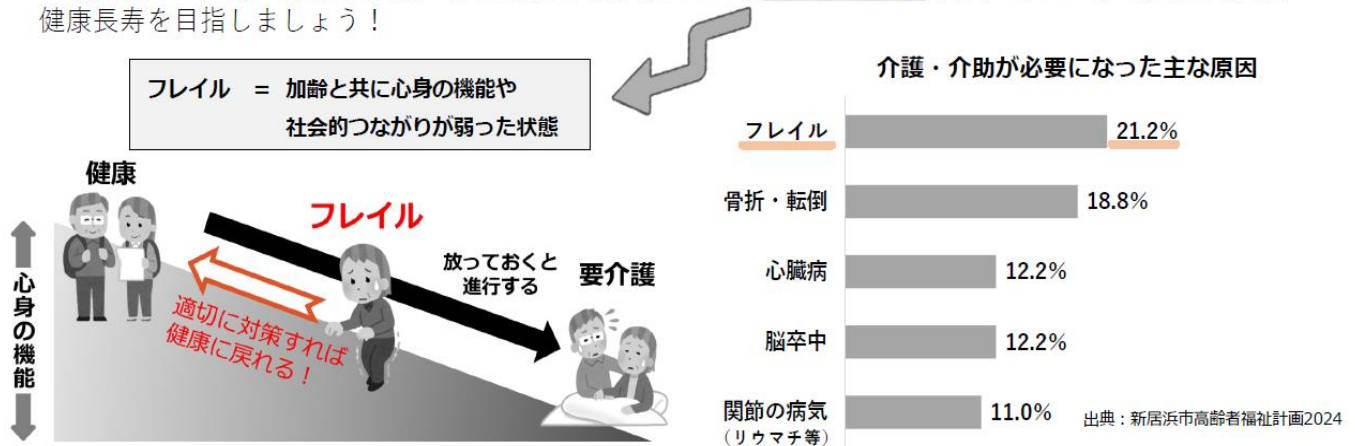


講座「学ぼう！健康長寿の秘訣」より （新居浜市 地域包括支援センター）

新居浜市は介護認定を受ける人が多く、将来ヘルパー等の介護の担い手が不足する可能性があります。

いつまでも住み慣れた地域で暮らせるように、自分のことは自分で言い、出来る限り自立して生活したいと思いませんか？

新居浜市の介護・介助が必要になった原因で最も多いのは『フレイル』です。『フレイル』を予防し、健康長寿を目指しましょう！



フレイル予防 3つのポイント

栄養

たんぱく質食を意識したり摂ろう

1日に必要なたんぱく質量の目安

男性 約60g
女性 約50g

豚ロース100g
(17.1g)

鮭70g
(20.4g)

納豆50g
(8.3g)

牛乳200ml
(6.6g)

手のひら大の量を
4～5つが目安

卵60g
(7.3g)

※腎不全などで栄養制限のある方は、その指示に従いましょう。

日本食品標準成分表(八訂)増補2023年より

運動

PPK体操を始めよう！

ぴんぴんキラリ

PPK体操とは？

新居浜生まれの体操で、誰でも無理なく筋力・体力アップできます♪

地域の皆さんが市内117か所の拠点で現在活動中！

詳細はこちら ▶



セラバンドで
しっかり体を伸ばせる



お手玉体操で
楽しく認知症予防



社会参加



PPK体操 体験会 のお知らせ

- ・日時：1月23日 13:30～
- ・場所：ウイメンズプラザ（庄内町4-4-19）
- ★ 申込不要 お気軽にご参加ください♪

お問合せ

新居浜市役所 2 階
地域包括支援センター
☎ 0897-65-1245



No.56

私の生涯学習

「生涯学習大学と私」

安藤 修二

生涯学習大学でお世話になり 14 年が過ぎました。私は、新居浜生まれ、新居浜育ちで生粋の新居浜っ子で、祭りが大好きな後期高齢者です。ただ、住友重機械(株)在職期間のうち 10 年間は『花の都東京』で過ごしました。会社在职中は、クレーンの電気部門を担当し、据付・改造や技術サービスマンとして、日本各地を忙しく駆け巡りました。

私と生涯学習大学の関わりは、幸運にも「新居浜検定」初級と中級に合格し、新居浜観光ガイドの会に所属したことがきっかけで始まりました。会のメンバーから生涯学習大学制度があることを教わりました。元来、勉強が嫌いで早々に就職した自分が、定年退職後に生涯学習大学で勉強するのも変な感じだったのですが、参加することにしました。

最初は、「新居浜の水」と「多喜浜塩田」について受講しました。どちらも、上っ面だけを知っている状態でしたが、受講したことで一段と興味が湧いてきました。座学以外に「新居浜の水」では市内各地の水源地や発電所、「多喜浜塩田」では久貢屋敷・岡本家・岡城館・藤田達吉邸を現地で学ぶことができました。平成 16 年の台風で大きな被害を受けた岡城館内の説明が印象に残っています。以降、範囲を広げ、「別子銅山」「新居郡の歴史」や「大人の日本史講座」を追加で受講しました。

「別子銅山」では、とりわけ、索道や坑口等重要な部分に焦点を当てた講座が勉強になりました。自分のガイドにも大変有益でした。「大人の日本史講座」では、学校の授業では聞かなかった新説が沢山含まれており、歴史は日々進化することが良く判りました。特に、学校で学んだ豊臣秀吉の天下統一「四国征伐」は、「天正の陣」として伝えられていることは驚きでした。「新居郡の歴史」では、市内の古刹や古墳についての座学と現地説明を楽しく学べました。しかし、令和 7 年は抽選に漏れ、残念ながら受講できませんでした。

令和 3 年～5 年の 3 年間、生涯学習大学から別子銅山の産業遺産についての講師を依頼され、次々了解しました。「別子銅山」の産業遺産講座は、東平・端出場・星越・住友山田社宅等、全て現地説明で、判ってはいたものの皆様に説明するのは大変難しく、つまらない内容になってしまったと思います。改めてお詫び致します。

次年度も、各種講座の受講を考えています。どの様な講座を計画されているか今から楽しみです。講師の皆様には大変とは思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。



以上



講座カレンダー



予定のご確認を...

※警報や災害・講師の都合などで
日程を変更することがあります。

日	曜	講座名	回	テーマ	時間	場所
4	水	新・雑談しま専科	10	日本古来の文化とは	9:30	生涯学習センター研修室
6	金	メンズ・キッチン	4	春：春野菜を使った料理	10:00	ふれあい調理実習室
24	火	M 垣生山	1	垣生山へ登ろう	9:30	現地・その他

今年度の講座も残り少なくなってきました。たくさんのご参加ありがとうございました。
来年度もいろいろな講座を予定しております。皆様のご応募お待ちしております。



令和8年度受講生募集のお知らせ

【申込期間】 3月1日（日）～ 31日（火）

【申込方法】 講座冊子をご覧ください

【冊子入手場所】 3月1日（日）から

生涯学習センター（文化センター本館2階）・高齢者生きがい創造学園

新居浜市役所（1階ロビー・5階社会教育課ほか）市内各公民館・地域交流

センター・ふれあいプラザ・ウイメンズプラザ等（◎申込場所とは異なります）

**※先着順ではありませんが
申込多数の場合は、
抽選となります。**

《お問合せ先》

新居浜市生涯学習センター

新居浜市繁本町 8-65

（市民文化センター本館2階）

【TEL】（0897）33-2991

【メール】n-daigaku@city.niihama.lg.jp

