

シニアパワーを地域に生かす!

セカンドライフの生きがいづくり

キュウリの支柱のたて方を教わる受講生



新たな出会いは野菜づくりから

シニアファーマー前期講座では、野菜の育て方や肥料の与え方、害虫駆除などを講義で学び、実際に万善地区にある1,500㎡の畑で栽培しました。

受講生は、畝づくりや苗の植え付け、キュウリのネット張りなど生育に合わせたさまざまな作業を行い、暑い中での除草や水やりも協力しながら交代で取り組みました。

自然の中で手塩にかけた野菜は、太陽の光をいっぱいあびて元気に育ち、9月までにトマト4,100個、キュウリ9,600個、ナス3,000個もの夏野菜が収穫できました。

受講終了後も自主的に班ごとで野菜づくりを続け、中には家庭菜園を始められた夫婦もあり、健康で充実した毎日を送られています。

受講生の声



白金在住の鎌田武史さんは「中級講座が開催されれば、また皆さんと一緒に受講したいと話しています。新鮮で安心して食べられる野菜を作り、猪名川ブランドとして地域の人達に提供できる日が来ればうれしいです」といきいきとした表情で語られました。

夫婦で参加されている白金在住の曾我治由・美和子さん夫妻は「畑で完熟したとれたての野菜は、野菜本来の甘みが強くとてもおいしいです。調理方法を工夫したり、皆さんとおいしい食べ方について教えあったりしています。自分達でつくった新鮮な野菜をご近所の人達におすそ分けして、大変喜んでいただきました」と話されました。



いくなふれあいうどん指導者養成講座

うどんを通じたコミュニティづくり

うどんづくりを通して地域の交流を図ろうと、町生活安全アドバイザーの宮川勝芳さんが続けてきたふれあいうどん。その指導者となる人を育て、地域コミュニティのリーダーとなってもらいたいといくなふれあいうどん指導者養成講座が10月に開講されました。

後編集

今回紹介した「生きがいづくり講座」はシニア世代の人なら誰でも気軽に参加できる講座です。参加して得た経験を、子どもから大人までが気軽に声をかけ合えるような地域づくり

【いながわ特派員】

いながわ 特派員報告



中橋 弥里



湊 悦子

団塊の世代が定年退職の時期を迎えるにあたり、健康で充実したセカンドライフへの関心が高まっています。仕事や子育てを卒業し、自由な時間を手にいれたシニア世代が毎日楽しく過ごすために必要なのは、健康と生きがい、そして家族と仲間だと言われています。今回は、町の生きがいづくり講座取材し、意欲あふれるシニア世代の皆さんにお話をうかがいました。

生きがいづくりを応援

町内在住の団塊の世代は約1800人。町では、団塊の

野菜づくりコース

4月から10月までの前期講座では、町の財産である豊かな自然や畑を生かし、農家の高齢化などによって増えている遊休農地の活用にもつな

シニアファーマー養成講座(農業体験講座)

農業体験をとおして、健康・仲間・地域づくり

世代を中心に50歳から60歳代1000人を対象としたアンケート調査を実施し、回答者のうち約7割の人が農業体験に関心があると答えました。このニーズに応えると同時に、生きがいづくりを積極的に応援しようとして、昨年4月に生きがいづくり室を設置し、今年度は、講演会や生きがいづくり講座として「シニアファーマー養成講座」(農業体験講座)を開催しました。

「ふれあいうどん指導者養成講座」などを行いました。まだまだ体力も充実し、強い意欲と向上心を持っているシニア世代が生きがいを見つけて社会に参加し、その力を地域に生かしていくことで、いきいきと暮らせる町づくりにつながることを期待されています。

きのこ栽培コース

11月からはじまった後期講座では、町内に残る里山を保全し、町の特産品でもあるシイタケについても知ってもらいたいと「きのこ栽培コース」

がればと、「野菜づくりコース」が開講されました。52歳から68歳の37人が参加し、高校で農業を専門に教えておられた講師の指導のもと、野菜づくりの基礎を月2回の講義と実習で学びました。受講生は、野菜づくりの難



実習も終盤にかり、手際よくうどんの生地をのばす受講生

交流を深めるうどんづくり

取材の日、受講生は塩水や小麦粉を手際よく計量し、和気あいあいと話をしながら300回もの生地踏みをやらかかにこなしていました。今回はうどんのだしづくりにも挑戦し、一番だしや二番だしの取り方、だしの保存方法についても教わりました。つつじが丘在住の花吉通昭さんは「自分達で打った手づくりのうどんはこしがあり、かつおの効いただし汁でいただく大変おいしいです。これからは、地域の子供達と一緒にうどんづくりをしながら、子供達といろんな思いを共有できればうれしいですね」と笑顔で話されました。