

# シルバー生きがい学級

## 超高齢社会の現状

超高齢社会と聞くと社会システムの維持が課題となっている。

一方で、多くの方が100歳近くまで生きることが可能となり豊かな社会の実現とも言える。

## 社会教育の役割

社会教育法第20条に「公民館は、(中略)社会福祉の増進に寄与することを目的とする。」とあるように、福祉に関する事業の実施が求められている。

また、生涯のうち長い期間を占める老後フェーズでの学習機会の提供も求められている。

## 公民館としてのニーズ分析とねらい

- ① 高齢者が長い期間にわたって、公民館に来て学ぶことにより、「個」「孤」の防止など「広義の介護予防」となる場が必要である。
- ② 「公民館は高齢者ばかりで若者の利用が少ない」と評価されることがあるが、若者は学校・文化・スポーツに対して遠方に足を運んででも学習する熱量を注げる一方で、高齢者は体力的・精神的にも身近な場での学習機会が必要である。
- ③ 多くの利用がある高齢者を対象に、継続的かつ多様な学習機会を提供することで、公民館事業全体の向上へつなげる必要がある。

## ニーズ分析とねらいを踏まえた学級の概要

- ・ 高齢者向け教室は、「広義の介護予防(健康維持・生きがい・仲間作り)」と「地域活動(退職後の時間を活用したボランティアや地域支援者の養成)」に区分できるが、本教室は名称どおり前者を目的としている。
- ・ 継続的に長く学習してもらうため、飽きられないよう参加者アンケートや社会情勢に応じて各回異なるテーマで実施しており、回ごとに企画及び調整を行っている。
- ・ 仲間作りを視野に入れ、各回ではなく年度ごとの参加としている。
- ・ 平日昼間、1回2時間、例年8回程度、平均20名参加となっている。
- ・ 館外学習や娯楽的要素だけでなく、社会・地域課題の回も設けている。

## 学習内容の一例

### 高齢者のための食の講座 R5.7



主食・主菜・副菜のバランスや筋肉を維持するたんぱく質の重要性のほか、ふくらはぎの太さを指で図るなどの健康チェックを行った。

### 旭市防災資料館 R6.1

東日本大震災で津波被害を受けた旭市を訪問し、海に面している本市の防災意識啓発のため見学した。能登半島地震直後であったため、意欲的な意見・質問があり、災害への備えとなった。



### 市立図書館ツアー R5.9

R5.4 に開館した富津市初の図書館へ行き、館内を回るとともにどのようなことができるかのツアーをし、図書活動充実の入口とした。

### 鋸山の日本遺産認定へ向けての取組み R5.11

日本遺産認定候補地域となっている鋸山の石切の歴史や仏像の解説のほか、認定へ向けてのガイド養成や環境整備などの講演を聞き、地元の名所を再認識した。

### ポッチャ体験 R6.6



老若男女問わず楽しむことができる「ポッチャ」を体験するだけでなく、講師から健康に関する話が挟まれ、日常生活で気を付けることなども学ぶ場となった。

### 筑波宇宙センター R5.10



宇宙服やロケットなどの実物を見たほか、通常立ち入れない宇宙飛行士養成エリアや「きぼう」運用管制室の見学ツアーなど見聞を深める貴重な機会となった。

### 消費生活講座 R6.7

高齢者が付け込まれやすい健康・お金・孤独に関する話や、特殊詐欺・押し売り・架空請求などのトラブル対策の講義ののち、質疑では実際に抱える問題や経験などについて参加者・講師間で活発な意見交換があった。



## 参加者の声

「1人で参加しても仲間ができる。」「大人数で行くので、少ない費用負担で普段行けない施設で本物の展示を見ることができる。」「顔見知りになるのを毎回楽しみにしている。」「内容が深いので、もっと多くの方に参加してもらえると良い。」など

## 成果と課題

参加者の声のとおり、ねらいである「広義の介護予防」を達成できていると考える。一方で、対面開催という学級の性質上、学習に意欲的な高齢者の参加が中心となっているため、地区の集会所での出張開催や老人クラブなどを経由した周知などの工夫が必要であると感じている。