

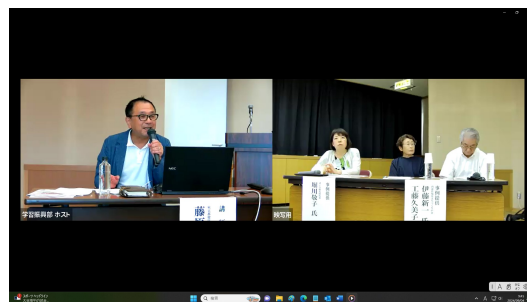
## 令和6年度高齢者生きがいづくり・生活支援活動人材育成等事業入門講座 生きがい・支え合いフォーラム 実施報告（HP版）

高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を継続するため、高齢社会の現状や高齢者の生きがいづくりや生活支援活動の必要性、地域住民が主体となる日常生活の様々な支え合い活動について学びました！会場のほかオンライン配信も併用して開催。

基調講演「シニアが生み出す、三方よし！ウェルビーイングな地域づくり」では、藤原佳典氏（東京都健康長寿医療センター研究所副所長）より、フレイル予防には高齢者も社会的な役割を持つことが大事なこと、多世代交流は世代を問わずお互いに健康へのメリットがあること、文化活動や就労活動など「三方よし」の視点で多様な通いの場に取り組むとよいことを、データに基づき、わかりやすくお話いただきました。事例提供「生きがい支え合い交流あふれるまちに福来る！」では、伊藤新一氏・工藤久美子氏（西遊佐地区まちづくりの会）より西遊佐地区で行われているエプロンサービスやまちセンカフェといった住民主体の生きがい支え合い活動と地元の中学校との世代間交流の試みを、堀川敬子氏（逢いの蔵共同代表）より山形市本町の健康体操や自宅敷地内「逢いの蔵」の取り組みや子ども達を見守りながら健康増進を目指す山形市立第一小学校の「ロング仲間見守りウォーキング」等について、それぞれ紹介いただきました。質疑応答も活発に行われ、様々なヒント・アドバイスを獲得貴重な時間となりました！

### 【村山会場】

日時：8月31日（土）13時～16時20分  
会場：遊学館（山形市）・オンライン Zoom  
参加：51名（オンライン参加23名）



【オンライン】



【村山会場】



【庄内会場】

### 【庄内会場】

日時：9月1日（日）13時～16時20分  
会場：子育て交流施設テオトル（三川町内）  
参加：37名

\*\*\*\*\* 参加者VOICE \*\*\*\*\*

- ・日頃考えていることを自分なりに整理することができました。「ちょい足し」を参考にしたい。
- ・自分たちの地域で何なら出来るかとイメージを広げられる内容で、大変勉強になりました。
- ・とてもわかりやすいフォーラムでした。すぐに実践できそうで参加して良かった。
- ・高齢の自分にできることは少ないですが、一つでもできることがないかと感じました。
- ・地域を元気にする持続可能性のあるまちづくりを進めて行くヒントをたくさんいただきました。
- ・「三方よし」とても大切な視点で、大変勉強になりました。※本事業は県の委託を受け実施しました。