

○グループA「とりあえず…」

とりあえず〇〇

ひとまず、とりあえず
一歩前へ

そのためには...

ゆる〜く参加
ウィークタイズ

いつでもやめれる、つくれる

無理しない

しばられない

- きっかけ
- ・ とりあえず外に出る
 - ・ 家庭以外、職場以外の世界を持つこと
 - ・ 参加することで世界が広がる きっかけ

シニアの活躍イメージ

- ・ ご意見番
- ・ おせっかい
- ・ 健康で積極的
- ・ 子どもの見守り
- ・ 老々介護
- ・ 地域活動や行事でのリーダー
- ・ 伝統や文化の継承
- ・ 就農
- ・ シルバー人材
- ・ 町内会役員
- ・ 地域のもりあげ役
- ・ ほめる役

Etc...

- バックアップ
- ・ シニアが活躍する団体やグループへの助成
 - ・ 地元の自治体（役場・役所）との連携

- ネットワーク・つながり
- ・ ゆる〜いつながり
 - ・ 公民館、育成会あ、社協等ネットワークの構築
 - ・ 仕事を進める上で相談という形で協働
 - ・ 社会、地域と個人
 - ・ 団体・組織・関係者同士 } がつながる
 - ・ 「さもないこと」に気づくアンテナ
 - ・ 人に関心を持つ、無関心にならない

役に立たなくてよい

- ・ 楽しく
- ・ やらされ感でなく楽しめる活動

- 役割
- ・ 趣味を活かした活動
 - ・ 地域の中で役割を持ってもらう
 - ・ 自主？参加の思いを伝える
 - ・ 役に立ちたい！

- 学び
- ・ 学びなおし

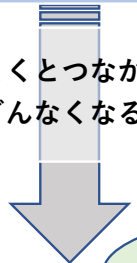
無理をしない

- ・ ほっとかない
- ・ 誘い、誘われ上手に

○グループB「あいさつと声掛け」

- ・地域を意識していない
- ・ゴミ出し、草刈り
↑このくらいしか地域と関わらない
- ・地域という感覚がない
- ・それでも1か所で暮らしている

ほっとくとつながりが
どんどんなくなる未来・・・



防ぐために・・・

- ・ほっとかない
- ・あいさつ運動
- ・あいさつと声掛け
- ・すでに自分にあるつながりを大切にする

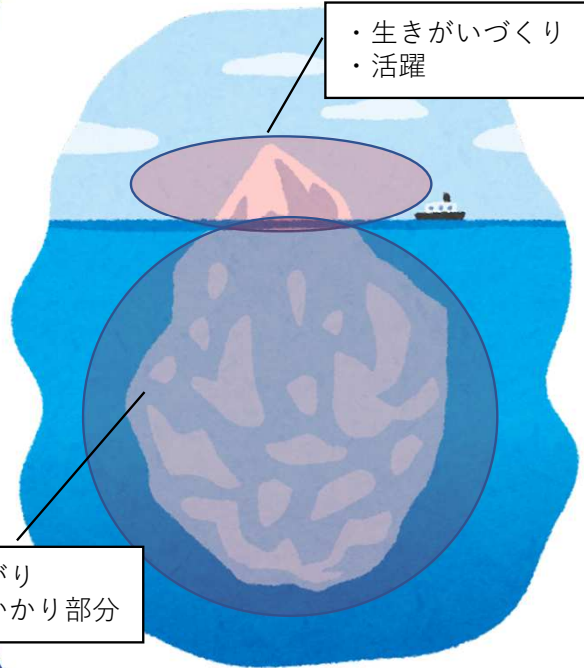
シニアの 活躍イメージ

- ・自分がやりたいことがはっきりしている
- ・これまでの経験やスキルを活かしている
- ・仕事をしている
- ・地区の役員さんなどで世話をしてくれる方
- ・若宮正子さん（シニアプログラマー）
- ・花だん（花）の手入れ

- ・遠くの友人
- ・趣味の仲間
- ・飲み仲間
- ・ペットの散歩
- ・遊び
- ・ゲートボール

人とのつながり
SNSはゆるくない...?!

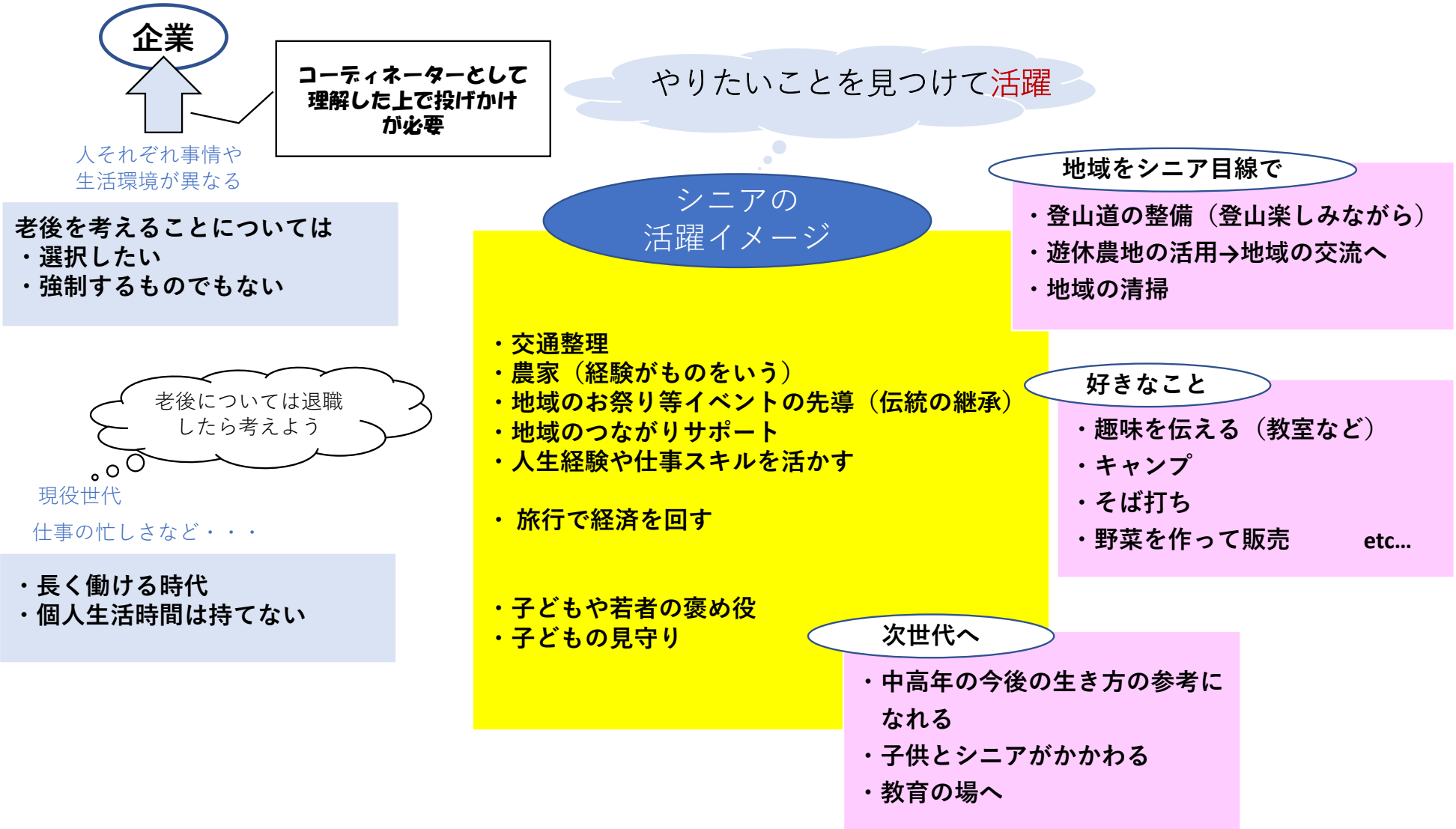
「活躍」は氷山の一角



・生きがいづくり
・活躍

・つながり
・とっかかり部分

○グループC「やりたいことを見つけて活躍」



企業

コーディネーターとして理解した上で投げかけが必要

人それぞれ事情や生活環境が異なる

老後を考えることについては
・ 選択したい
・ 強制するものでもない

老後については退職したら考えよう

現役世代
仕事の忙しさなど...

・ 長く働ける時代
・ 個人生活時間は持てない

やりたいことを見つけて活躍

シニアの活躍イメージ

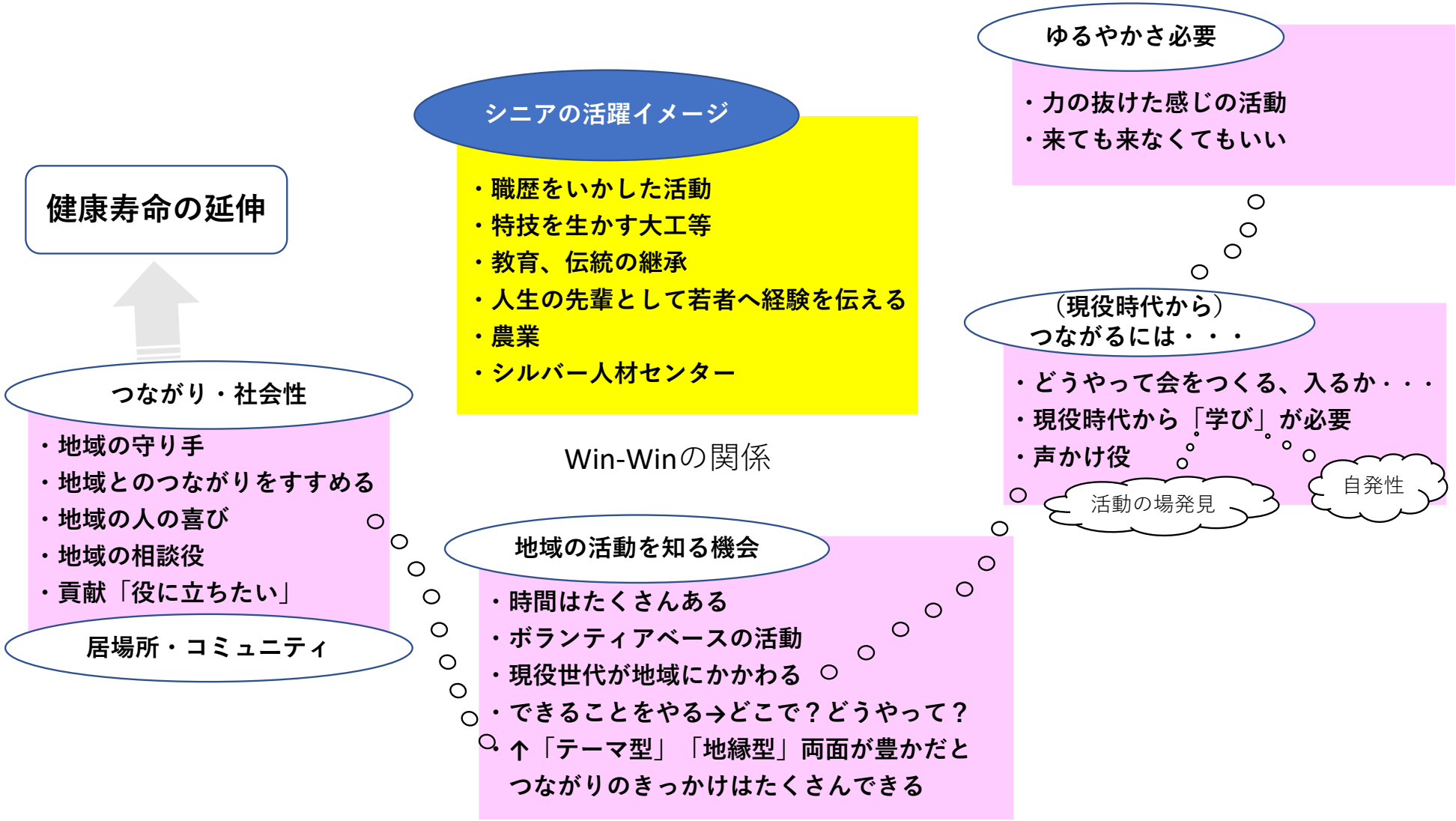
・ 交通整理
・ 農家（経験がものをいう）
・ 地域のお祭り等イベントの先導（伝統の継承）
・ 地域のつながりサポート
・ 人生経験や仕事スキルを活かす
・ 旅行で経済を回す
・ 子どもや若者の褒め役
・ 子どもの見守り

地域をシニア目線で
・ 登山道の整備（登山楽しみながら）
・ 遊休農地の活用→地域の交流へ
・ 地域の清掃

好きなこと
・ 趣味を伝える（教室など）
・ キャンプ
・ そば打ち
・ 野菜を作って販売 etc...

次世代へ
・ 中高年の今後の生き方の参考になれる
・ 子供とシニアがかかわる
・ 教育の場へ

○グループD「人生寄り道探訪記」



○グループE「ボーダレスな社会でみな輝く！」

年代も性別も障がいも **すべてを超えた 情報社会** に飛び込んでいく！

きっかけ

- ・健康のために
今日...行くところ
今日...用があること
- ・場や機会の提供
- ・ルーティンの壁を超える
- ・仲間づくり
- ・仕事×趣味

色々な世代との出会い
→新しいつながり

情報

- ・自分が得意とするものを
求める人に伝える
- ・SNSでのつながり
- ・テーマ型と地縁型
両方の動きの見える化
- ・現役世代へ、きっかけと
なる情報発信が必要
- ・課題×出番

シニアの
活躍イメージ

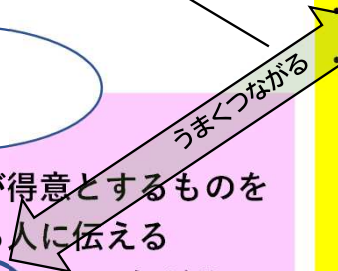
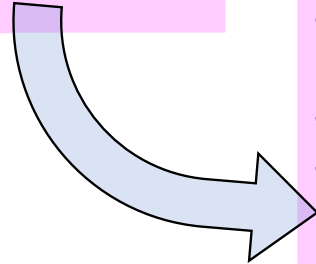
- ・ボランティア活動
- ・地域の役員
- ・〇〇長
- ・サークルのコーチ
- ・若者と一緒に仕事 まだ稼ぐ！
- ・薬がはえてるイメージのある緑
のプールからの脱却
→生活やライフステージに合わ
せ人間らしくのびのびと泳げ
るプールに変える
- ・いろいろなつながり

実はすぐ
近くにある

- ・すでにあるものに
もう一度目を向けてみる
- ・もう一度回りを見直して
みたい
- ・強いつながり
＜緩いつながり＞社会

生きがい

- ・社会の役に立っていると実感できる
(褒めてくれる人や誘ってくれる
人がいる)



○会議を振り返ってセルフワーク (1/2) (会議のキーワード、今後取り組みたいこと、感想など)

Aグループ

お誘い ゆる会

ゆる〜いおっさんの会 藤澤 善博

- ・意識を変える講座づくり
- ・観察(見る力・問う力)
- ・多様な主体、情報や目的のちがう団体のつながりを作る

長寿社会開発センター飯伊支部 今村 光利

シニアに対して相談することにより
広がり そしてつながりへ

長野県中小企業団体中央会 鈴木 幸一

コロナ禍で行動制限されているとき、他の団体
とのゆるやかなつながりが
大事だと感じました。とりあえず、
まず一歩を進めていきたい。

長野県公民館運営協議会
山形村公民館長 百瀬純雄

ゆるやかなつながりが多数あること
アクティブ、寝たきり...どのような
状態になってもその人なりの活躍の
価値観をもてそれを周りが認め合
うことが大事だと思った。「人ヒトに感心?を
もとう!」

長寿社会開発センター北信支部 松永 静香

- ・シニアの方々(誰もが)
楽しめるようなコンテンツや
魅力の発信
- ・それを受け入れることができる
環境作り 等

観光誘客課 児野 稜

つながりたい人の声をひろい、場を
つくっていく
様々な地域の取り組みを発信していく。シニア
が生きがいを持って暮らせる、
「ここに住んでよかったな」と思える
生き方ができるよう寄り添って
いきたい。

介護支援課 小澤 文乃

Bグループ

職業訓練

産業人材育成課 荻原 悠介

- ・地域でのゆるいつながりが重要
- ・活躍できる機会の案内

長野県産業振興機構 宮坂 克良

強制でないつながりが大切。
小さなつながりが広がっていく
ことがあると思いました。

県民協働課 湯原 萌里

(気づき)旅行者へ(なにする)旅行で地域
で助けて収入を得てもら

長野県観光機構 岡庭 亮

声かけ ⇄ きっかけづくり

長寿社会開発センター大北支部 佐藤 雅法

話し合いが多方面に広がって
たのしかったです

長寿社会開発センター上小支部 下倉 亮一

○会議を振り返ってセルフワーク (2/2) (会議のキーワード、今後取り組みたいこと、感想など)

Cグループ

自分らしく生きられるネットワーク
作りをする とにかく関わって
関わってバトンをつなぐ

長野県介護支援専門員協会 川相 香子

情報交換の必要性→周知

商工会連合会 小野澤 三七男

・連携した情報発信を行うことが大事
・今ある情報をしっかり伝えていく

障がい者支援課 勝又 大介

「活躍」と呼べるようなものでなく
とも小さなことが地域のつながりの
形成に役立っているということに
気づいた

農村振興課 壬生 峻矢

多様な意見を受け止める→つなぐ

長寿社会開発センター長野支部 齊藤 むつみ

自分らしく生きるとムゲン?
可能性を求めて

長寿社会開発センター 和地 忍

Dグループ

活躍の場

厚生労働省長野労働局 戸谷 謙一

現役世代から、もっと足元にある
活動ややってみたいことの想像?
啓発!

長寿社会開発センター佐久支部 小林 秀樹

経験と学びが人生を豊かにする
それを体験できる機会づくり

長野県社会福祉協議会 徳永 雄大

地域の活動促進
(できれば活動の紹介)

地域福祉課 原 和洋

気づき...ゆるやかなつながり
やること
一生きがい就労に向けた取組

労働雇用課 清水 彩人

現役世代から知り、かわり
気づく場、つながる場

長寿社会開発センター伊那支部 藤井 佳代

Eグループ

手札をさらす!
持っている情報を回りにすべて
さらけ出す

長寿社会開発センター木曾支部 竹脇 恵美

やりたい人がやりたいことをできる社会
公民館活動の広がり

文化財・生涯学習課 後藤 卓己

人とのつながり方には
強いと弱いがありどちらも大事
その人に合ったつながり方を
提供していく

経営・創業支援課 丸山 一博

居場所があることを周知
きっかけづくりのお手伝いをしていく

長野県シルバー人材センター連合会 宮下 京子

他流試合でつなぐ
(ウィークタイズ)

連合長野 根橋 美津人