

万年青
おとと



九州シニアライフアドバイザー協会

会報

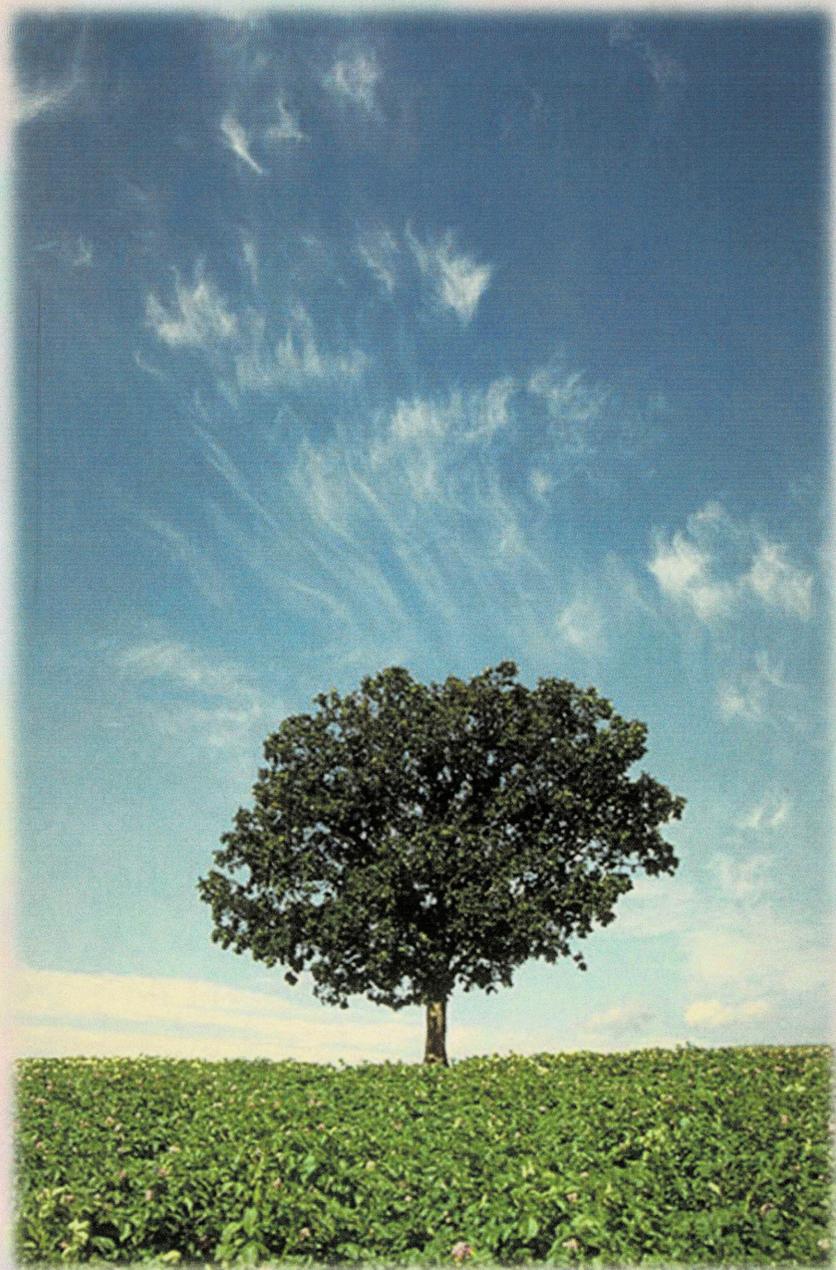
第 127 号

2023年(令和5年)3月1日発行

九州SLA協会
設立25周年
記念号



設立 25 周年



九州シニアライフアドバイザー協会は
設立 25 周年を迎えました
20 周年からの 5 年間、コロナ禍にも遭遇し
会員それぞれの生活があり、思いがあった・・・

新たな 2023 年に向けて
現会員 有志の皆様から メッセージです

九州 SLA 協会は 1997 年 3 月 1 期生 52 名で全国 6 番目の協会として設立されました。この年、大宰府の地に宝満山から流れ出る御笠川のそばに終の棲家を建てました。宝満山、四王寺山、基山に囲まれた絶好の地であり、色々と挑戦を続けました四半世紀であります。

九州 SLA 協会の設立時は、藤田会長等と役員として設立に議論を重ね 4 研究会を立ち上げ、「商品サービス研究会」を担当、活動を開始いたしました。2002 年シニアルネサンス財団の拠点が福岡に設置され、養成講座の開始等により新会員も増えてまいりました。

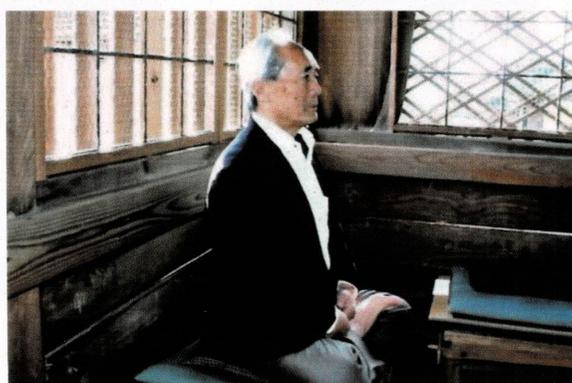
2002 年、小樋井一男氏の生涯学習の場としての提案が行われ「一気会」が発足しました。「一気」に心を一つにして知性と教養を高めるための学習の場」として年 7 回程度の定例会が行われ、個性的な卓話の発表が現在も続けられています。

私も地域を基盤にしたシニアの活動を展開しており、その一端をご紹介します。

- (1) 観世音寺シニアクラブ 50 名程が集まり、コーラス、ダーツ、カラオケ等のグループを作り、またフレイルの予防体操等も行っています。
- (2) 戒壇院での座禅会 鑑真和上が建立した戒壇院の責任役員として檀家の募集等を実施。
- (3) 太極拳 筋力、脳神経の回復、転倒防止上、足腰の鍛錬を火曜日に行っています。
- (4) カラオケ おはこは、青葉城恋唄、冬桜、長崎の鐘、薩摩の人、みだれ髪・等々
- (5) 川柳同好会 駄作の中にたまに佳作あり、酔うほどに昔話に花が咲く、等々
- (6) トレッキング 1 月宝満山・難所の滝、4 月久留米ウオーク 20 km、6 月山一面のアケボノツツジの九重山、7 月キツネノカミソリ満開の佐賀井原山、9 月高千穂峰、10 月祖母傾大崩山、11 月由布岳等、年 7～8 回の山歩きを楽しんでいます。
- (7) 悠々クラブ 原鶴温泉、嬉野、筑紫野、脇田、基山弥生が丘、宗像王丸温泉巡り
- (8) 大宰府を美しくする友の会 毎月第 2 日曜日朝 8 時 街路、公園等草取り、清掃
- (9) 詩吟 亀井神道流西日本詩吟会太田教室で学ぶ。6 月 10 日時の記念日に大宰府政庁跡にて合吟 少年老い易く 学なりがたし、一寸の光陰 軽んずべからず
本年 11 月 令和の里で知られる坂本八幡宮の神戻りの日に合吟を致しました。



太極拳を演じる前の準備体操



戒壇院で座禅を組む

1996 年「老いに夢と光」を求め、長寿社会のシニアライフの在り方を研究し地域社会のお役に立てる活動を行おうと当時全国の SLA 協会は、東北、関東、中部、関西、中国の 5 ブロックでしたが広島からの呼びかけで SLA 養成講座が九州で初めて開催されました。土、日 8 回の講座に参加し、専門家の講義を受け講座修了者は 42 名でした。

志を同じくする 16 名が集まり、窪田 隆穂氏が設立準備委員会を立ち上げられ、私も総務の一員として設立に向けて活動を開始し、1997 年 3 月九州シニアライフアドバイザー協会が全国 6 番目の協会として発足致しました。

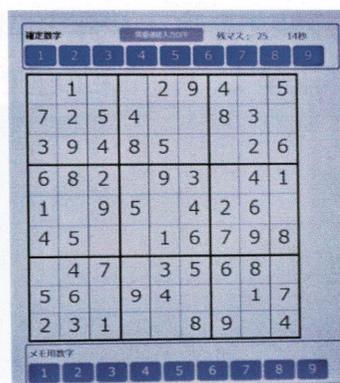
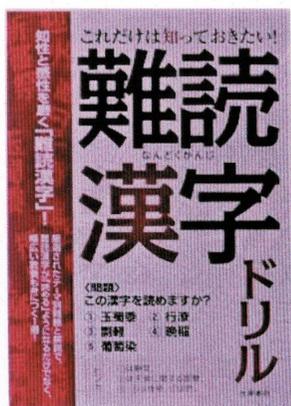
協会設立と合わせて 4 研究会が発足し、私は「生きがい研究会」（渡辺元重世話人）の下で活動を行いました。その後 2 期生から 5 期生の方までの入会があり、研究会も増え活動も広がり、私は 2002 年に始まった一気会に入り、現在も活動を続けております。

メンバーも現在休会の方を含め 6 名ですが実質卓話発表は 4 名で行っており卓話原稿のため本を読んだり、新しい情報を入手したりして学ぶことは、25 周年を迎えた今でも新鮮な感じがいたします。

現在コロナ禍の終息は見え、人との接触をなるべく避けた生活をしています。このような状態が何時まで続くのかわかりませんが私はオミクロン対応のワクチンも打って、元気に日々過ごしていますが親しい友人とも会えないのが現実であります。

このような時代であります。次の点を考慮し日々の生活に心がけています。

1. 頭と体を動かしてなるべく歩くようにしており、買い物にも長時間歩くようにしています。歩くだけで集中力や記憶力が向上し、動脈硬化や脳疾患（認知症）の予防や転倒防止のバランス感覚の向上に繋がります。
2. 地域の親しい方や、友人とはスマホを活用して話すようにしており、コミュニケーションには留意しています。
3. 新しいことを始めるため「漢字ドリル」やナンプレ（ナンバープレースの略で数字による頭の体操）を毎日続けています。レベルアップになるのが楽しみです。



漢字ドリルも多くあります。ナンプレは上級に向かったのチャレンジです。

私のシニアライフ

1997 年の 9 月に発足した九州シニアライフアドバイザー協会の 1 期生です。

25 年前は想像できなかった割と元気な 75 歳です。

でも用心のため運転免許証は返納し後期高齢者医療保険被保険者証を常に携帯しています。

5 年前に 70 歳で仕事も定年となり、フル自由な時間ができ「さあこれからだあー」と愉しみ始めた処、約 3 年前からのコロナ禍で人と接する機会が減り自由に動き回れずとても残念な日々です。それでも SLA で学んだ生涯学習「人間性を尊重し、生きがいのあるシニアライフの創造」「ジェロントロジーを研究しシニアの無限の可能性を追求」をモットーに毎日の生活をそれなりに愉しみ、SLA を意識して暮らすことを日々心掛けています。

九州 SLA での活動の最初の思い出は、けやき通りの P&R 事務所での「シニアの悩み電話相談室」です。当時月に 3～4 回当番として頑張っており、今もけやき通りを通るたびにかつてのメンバーの皆さんの熱気を懐かしく思い出します。

2003 年から発足したジェロントロジー研究会にも入りました。

毎回 2 名が卓話・研究発表を行ったり、故先川祐二氏の特別講座を受けたりしていました。

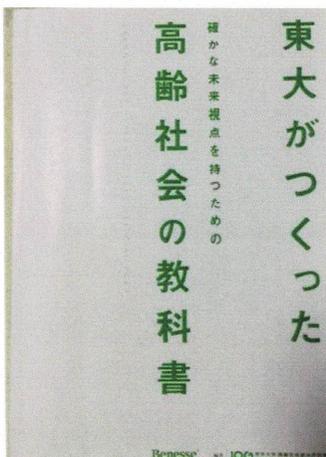
また、故先川氏の提案で「東大が作った高齢社会の教科書」を教材として、メンバーに章を割り振り、担当者が教科書を解説するという超ハードな研修会もありました。

その流れで、先川氏に勧められて錆びた頭のオーバーホールのつもりで「高齢社会検定」を受けに東京まで行き何とか合格した事も思い出です。

2023 年 1 月には 132 回を迎えるジェロ研定例会は、長年の気心の知れたメンバーで自由な意見が言える楽しい勉強会です。コロナ禍でも出来るだけリアル例会をして活動しています。

他方、24 年目となった保護司では皆さんと共に更生保護活動にも励んでいます。

この数年は、対象者に振り回される事が少なくなり、以前の苦労やヒヤヒヤ感が嘘のようで対象者とお会いするのを愉しめるようになり、定年の 78 歳まで心身の健康に留意して出来れば続けようと目論んでいます。



新しく楽器を始めました

ある日バス停でバスを待っていると、大きな楽器ケースを持った女性の方がこちらへ歩いて来ました。何の楽器か興味を持ったので聞いてみました。「チェロです。この度定年になったのでチェロを始めたいんですよ。この近くに音楽教室があるので、そこへ行くといいです」

その話を聞いて、3ヶ月前のテレビがよみがえりました。北九州の方で竹を使ってチェロを作ったとのこと。それが気になって実物を見に行きました。北九州市八幡東区の「NPO 法人わくわく」が竹チェロのワークショップをしていました。この竹チェロは、北九州のふるさと納税の返礼品にもなっているそうです。

2022年11月1日。新しい楽器を始めました。MY竹チェロの作成をしました。竹というと竹ひごのように細くて、しなやかな竹を思い浮かべますが、MY竹チェロの竹は緑色で厚みのある竹でした。

チェロの部分を裁断して、ヤスリで端をすべすべにしました。のこ、ヤスリ、バーナーなど電動工具を使いました。緑の竹の表面をバーナーで焼き、茶色にし、ニスを塗りました。12時間ぐらいかかりましたが、MY竹チェロの完成です。

弦楽器は初めての経験です。4本の弦があり弓を使います。今は「キラキラ星」「花、花」等を練習しています。そのうちコンサートがあるそうです。色々な曲を弾いてみたいです。



私が九州 SLA 協会に入会いたしましたのは 2003 年、3 期生として 73 名の仲間ができました。当時は協会員も 152 名という大きなボランティア団体でシニアルネッサンス財団が全国の協会をまとめながら高齢者の活動をサポートしていました。

小生が入会してから 20 年経過いたしました、現役時代は高度成長の時代からバブル期と日本企業は世界に進出した時代で医療や化学技術も飛躍的に進歩し、高齢化社会が進展致しました。2007 年には高齢化率が 21%を超え超高齢化社会へと突入いたしまして、少子高齢化社会が続いています。

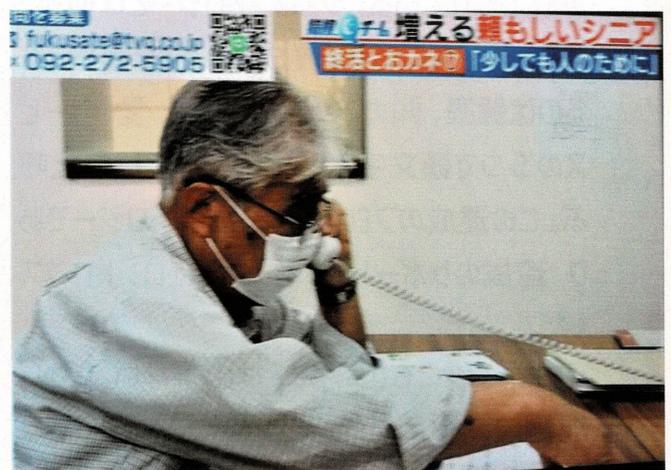
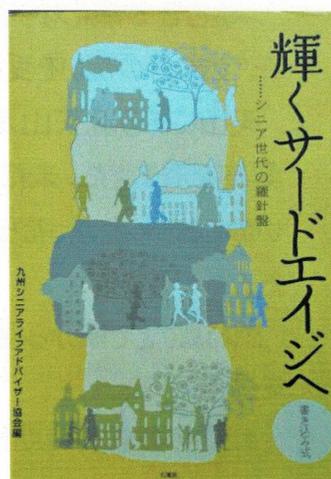
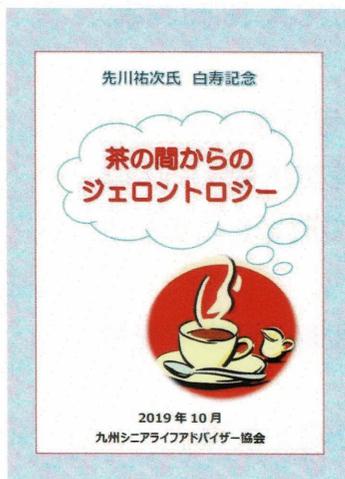
ここ数年はコロナ禍の関係から交流の場が減少し、私が加入している一気会やジェロントロジー研究会も、一時的な休会や発表原稿の送付方式等にて続いています、メンバーが集まっての、従来の様な活発な活動が十分にできておりません。2018 年 3 月に 20 周年記念誌を発行致しましたが、協会活動の場も減り、養成講座も開催されませんので会員も 増えず現状維持を図る上でも厳しい状況が続いています。

全国一斉電話相談は、広報活動により一定の成果を維持しており、マスコミの対応もあって春と秋の「シニアの悩み 110 番」は、協会活動を対外的にアピールする行事としても意義深く、2022 年 9 月にはテレQの取材が入り、終了後詳細な報道がありました。

協会員の方は、退職後も様々な場所で活動をしておられますが、お亡くなりになられた方もおられ、まさに超高齢社会の縮図でもあります。

ジェロントロジー研究会と一緒に活動をしてきました先川祐次氏や世話人もされておられた平田孝行氏また、一気会の田島洋子氏や岡部利徳氏等、諸先輩方々が他界されておられます。特に、先川氏の白寿記念に発行いたしました「茶の間からのジェロントロジー」は小生にとりましても思い出深い一冊であります。

協会活動に於きまして 2008 年 6 月に発行いたしました「輝くサードエイジへ」は、当時エンディングノートとして天神の書店で山積販売を行い協会の収入となりました。各研究会等で発表されている講話等をまとめてみればシニア世代にとってのガイドブックになると思われます。



茶の間からのジェロントロジー 輝くサードエイジへ

テレQのテレビ報道

私のつぶやき

福岡県庁を退職する3年くらい前に、外郭団体の方からのお誘いで大宰府歴史の講演会に行った。それ以降20年以上史蹟解説員として活動してきた。ある時、今は日本経済大学の正門になっている処に本屋があり、そこで資格取得の本からシニアライフアドバイザーという資格が目にとまり、これから必要になるだろうと通信教育で受講することにした。70項目のテーマを2年半かけて提出。不合格の場合は再提出を求められ、最後は卒業論文の提出だった。

資格取得後は、九州シニアライフアドバイザー協会の3期生に組み入れられ、ジェロントロジー研究会と高齢者制度研究会に所属した。初仕事は、エンディングノート「**“輝くサードエイジへ”…シニア世代の羅針盤**」の作成だった。数年研鑽して電話相談に相談員として携わった。

(財)シニアルネッサンス財団は1992年に設立。主たる事業はシニアライフアドバイザー(中高年齢者総合生活相談員)の養成と資格取得だ。年1回養成講座を開講。

カリキュラムは、ジェロントロジーをベースに組み立てられている。ジェロントロジーとは何か。高齢者が大切に、達成することを目標とするのは健康、知力、リーダーシップ、愛、サービスの5つで頭文字をとって「**HILLS**」と呼ぶ。この達成のプロセスがジェロントロジーであり、達成のサポートをする人がジェロントロジストだ。

加齢は誰にも止めることは出来ない。しかし加齢の速度を遅くしたり、美しい加齢にすることは出来る。

「**HILLS**」が全てのシニアに満たされた時、初めて若々しく生き生きとしたシニア時代が到来する。

東京から河合事務局長がみえた折、大宰府を案内できたのは大きな喜びだった。

日米で加齢に対する問題意識・考え方が異なる。アメリカでは高齢者に対するサービスの全体は、政府や非営利団体が高齢者へのケア・サービスを供与することが広く認識されている。そのために様々なシステムが生まれ、ネットワークが出来ている。一方、日本の場合は、基本的には高齢者へのサービスやケアは家族が行うものという意識が強いようだ。

近年日本でも加齢に関する調査研究や高齢者の個人差に着目したマーケティング、第2の人生を生き甲斐もって生活していくための社会的な仕組み、身体的機能の低下や認知症状による介護が必要な人への生活の質の調査研究等が蓄積されつつある。

私も88歳になり家族から大宰府の“梅の花”で米寿の祝いを受ける。

天山にある龍天山西方寺(浄土宗)との契約を済ませた。未だ納骨堂が完成していないので出来上がった母の遺骨を移す予定だ。

思わぬことで県から長年勤続で瑞宝双光章を受章する。

終活の準備の時期かなと考えている。



2018.7.13.高齢研
屋外研修会(大宰府散策)

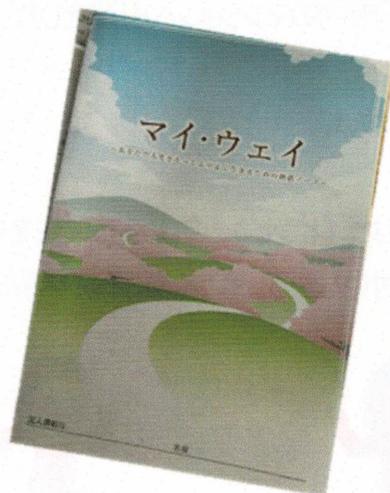
25 周年に寄せて

私が SLA にご縁を頂いたのは 2017 年、SLA が 20 周年を迎えた年でした。20 周年の記念誌が出され、会の歴史、様々な方々の生き方をまぶしい思いで見たことを思い出します。改めて 20 周年の記念誌を広げてみて、まだ、5 年の在籍でしかない私は新米もいいところで、これからどこまでみなさんに追いついていけるか甚だ心もとない未来を感じています。

その 5 年の中で、先川さんに出会えたことは大きな宝となりました。その時々のお話を思い出しながらこれからもジェロントロジーを学んでいきたいと思えます。「いつも世の中の動きに関心をもつ習慣がついていると脳が活性化する」ということばに、そうあるよう日々励もうと心新たにしています。

もうすぐ後期高齢者の仲間入りをする私ですが、昨今「終活」ということばが気になります。SLA では「輝くサードエイジ」という冊子を出してありますが、これは「終活」ということばが流行りだす前に刊行されていて、世の中の先取りです。これこそ SLA の活動だと先輩方の活動に今更ながら拍手を送りたいと思えます。今はエンディングノートもいろいろ出回っていますが、充実したシニアライフを送る上でもこのような冊子を利用するのはいいと思えます。

エンディング 見据えて生きる 今が旬
(終活川柳より)



わたしの終活

わたしは、20年ほど前から終活をしている。

- ① 先ず、とりかかったのは、アルバムの整理
何百枚も撮りためていた写真を分類し、アルバムにまとめ、それぞれの子供たちに届けた。
- ② CDの整理
若いころ通販などで買い集めたCDの中から好きな曲だけをカセットテープにまとめ、ブックオフ等を利用しCDの数を減らした。
- ③ 読まなくなった本・着なくなった服・履かなくなった靴の整理
ブックオフ、ハードオフ等を利用し、リユースされることを望んだ。
- ④ 食器の整理
必要なものだけを残し、頂いたブランドの食器、かわいい食器などは子供たちにあげた。
- ⑤ 自動車免許証の返納
身分証明書として、運転経歴証明書を取得した。
- ⑥ 預金口座の整理
今後、手数料が必要となってくるであろう休眠口座を廃止した。
- ⑦ 年賀状の整理
親しい人以外への年賀状は、丁寧に終止符を打った。
- ⑧ 住まいの移転
田舎の二世帯住宅から、市内のマンションへ引越をした。
- ⑨ 遺影、葬儀費用の準備
私自身の遺産は、なにもない。

わたしも今年で70歳を迎えた。「ピンピン、コロリ」で人生を終えられるよう、転ばないように、つまづかないように気を付けながら、楽しく過ごしていきたいと思っている。



25 周年に寄せて

私がシニアライフアドバイザーに認定されたのは、2008 年 12 月 6 日。

新聞でたまたま見つけた SLA 養成講座に興味を持ち応募したのがきっかけで、その時 私は 50 代前半で、これから 60 代に向けて何かの学びになるかとの思いがあった。

協会では福祉研究会に属し、協会の会計の任も数年担った。

かつて九州 SLA 協会が、福岡県 70 歳現役応援センター(現在は福岡県生涯現役チャレンジセンター)の受付業務を受託し、収入を得ていたことがある。

センターの受付を SLA が当番制で午前午後と分かれて受け持った。来訪者がなく時間を持て余すこともあったが、仕事を求めて来られるシニアの皆さんの人生を少し垣間見ることになった。その時の会計としての仕事は、受付業務に携わった皆さんにお手当を振り込むことであつたが、毎月ゆうちょの ATM を独占して十数人振り込みにはためらいがあつた。曜日や時間を変えての振り込みや、

間違いが許されないことで、思いのほか手間がかかった。受付業務が終了すると聞いた時は、内心ほっとしたことを覚えている。

年 2 回の電話相談「シニアの悩み 110 番」では、受話器の向こうの方々の悩みに耳を傾けてきた。人生いろいろ、考え方も様々、共感できること、??? で困惑することなど……

私はアドバイザーであるが、知識不足もあり、その役割を果たしているのだろうかといつも思っている。「シニアの悩み 110 番でございます」といつまで受けられるだろうか。

SLA になって 14 年が過ぎ、私も高齢者になった。また、突然の思いもかけない病気で人生観が変わった。病気は一生付き合っていかなければならないが、自分らしく生きたいと思う。愛犬(茶太郎：ジャックラッセルテリア)との毎日の散歩が体調管理のひとつである。これからも、SLA の諸先輩方の生き方に学びたいと思う。

今年も体調に気を付けて新しいことにチャレンジ!

これからは私にとってのジェロントロジーの深化と思う。

いざシニアライフ!



母と私の日常で思うこと

母が先日 93 歳の誕生日を迎えました。私が仕事している間はどちらが親か分からないくらい子育てを手伝ってくれました。人生 100 年時代と言われるなかで 93 歳はまだまだかもしれなませんが、十分に長寿を迎えていると思います。

ちょうどコロナ禍に入ったころから、母が半分寝たきり状態となり介護することになりました。物忘れ、難聴はひどいですが食事だけは自立、夜間は睡眠薬を服用しているので朝までは眠れています。大変なのは利尿剤のためかポータブルトイレ介助（日中は約 1 時間おき）。でも一般的な介護に比べれば楽な方かも知れません。

今のところ介護サービスも使わず私としてはデイサービス等利用してもらいたいのですが、何故か本人拒否のため週 1 回の医療リハビリのみで在宅オンリーです。新聞やテレビを見て一喜一憂（時々意味不明）、脳活用のパズルを一緒に解きながらの日々です。時々口喧嘩もします。元気な高齢者ではないけれど、これが母にとっては一番なのかも知れません。

最近では私自身もコロナ禍と母の介護を優先理由に、自宅に籠ることが多く 外出も随分と億劫になりました。また、自主研究会の参加も今は余裕がない次第です。

同時にコロナ禍とともに社会生活も様変わりしてオンラインをはじめ I T 技術が身近になり、その関連用語も理解できずになかなか追いついていけないのを実感しています。

この先コロナ禍が早く収束するのを願いますが、さらに社会や生活環境が変化していく中で私自身も高齢者として年齢を重ねるので、果たして適応できるか少し不安な気持ちもあります。

でも SLA 協会の会員として今まで学び経験したことを土台にして生涯学習を続けていくことで、個人では難しいけれども会員の皆さんと共に地域や社会に関わっていけたらと思います。



私のつづやきと思い出

2008 年 12 月、九州 SLA 協会 5 期生として仲間 38 名と入会して 14 年が過ぎた。協会創立から 25 年間の内 14 年間（67 歳⇒81 歳）も在籍とは！！好きやすで飽きやすの自分がこれ程長く続いた要因は、優れた仲間と活動テーマのお陰だ。

会員数は 2009 年度 92 名（20 周年記念誌 14 ページより）が 2022 年 4 月に 27 名と 3 分の 1 に減少し、会員増も期待できない状況で今後の協会維持はどうなるのだろうか？

しかし悲観するのは早計だろう。幸い特別会計が温存されていたのでメンバーが 20 名になっても活動資金は 7～8 年は丈夫だろう。

現執行部男性 3 名は共に 80 歳を過ぎ消費期限直前だが、我が協会には気鋭の女性会員は粒ぞろいだ。私のつづやきに耳を貸して下さい。

◎つづやき

その 1 女性メンバーから「次期リーダー」を担う方が名乗りでてくれないかなあ。

その 2 看板事業「電話相談」のバトンをどなたか継いでくれないかなあ。

◎思い出 ～～14 年間の活動で様々な経験で思い出も沢山だが、その中から 2 件～～

その 1. 福岡県 70 歳現役応援センターでの受付業務

2012 年 4 月から 2019 年 3 月まで 7 年間、博多駅傍の「はかた近代ビル 5F」に開設された高齢者求職相談窓口で、県の相談員に取り次ぐ業務は実にやりがいのある受託事業だった。

来所者は様々な人生経験を経た方で高齢社会が抱える厳しい一面を垣間見た。

受託料は 1 日 8 時間 2,500 円と高くはなかったが 2,000 円は個人に支給、500 円は協会の財源となった。

最終日に福岡県庁で感謝状を授与され、県職員と記念撮影したことなど、我が協会の歴史に大きな足跡を残した。



その 2. 春日楽しい学習サークル

「思いで」の中に入れるのは時期尚早だが、講師の一人として約 10 年間携わったことは貴重な人生経験となった。万年青 126 号でも詳しく述べたが受講者の方は全員が大先輩でひとかどの方が多かった。（在学中の担任教師や勤務先の上司とダブった）

特に 2021 年 10 月から座談会形式にしてからは、先輩方との遠慮ない会話は弾み、共に学ぶ場となった。先々大切な思い出になるだろう。

私の 15 年

平成 20 年の S L A 養成講座を受講して 15 年以上になりますが、知らないことが余にも多い自己発見の場であり、更なる未知の旅へと誘ってくれた場でした。

この講座への邂逅はその後の生き方を一変させ感謝するばかりです。

協会の主な行事である年 2 回の電話相談会は、毎回九州だけでも 30 件以上はあります。その都度確実な手応えを実感し、多くの方々がこの相談会に期待している事を知りました。電話相談会に参加するようになって力不足を痛感しながらも^{じきょうやまず}自彊不息、この現場を通じて苦しいけど実践的勉強にやり甲斐を感じ、現在に至っています。

正に私のジェロントロジーなのです。

実践の場で自らを磨き生涯学習を続けられる、そのような環境下にある、それだけでも協会会員になった価値は十分にあるとの思いを新たにしています。

受け継がん 学び続ける心掛け 未知なる世界へ なお飛揚する



編集後記にかえて

2010 年 8 月、万年青 78 号の編集に関わってから早や幾年。在宅介護の両親を寝かしつけ後に取り組む徹夜編集も苦にならず、楽しく続けてこられたのも、ひとえに S L A で出会えた人間力素晴らしい方々のお力添えあってこそ。夫・両親の看病介護に明け暮れた約 20 年を卒業し始まった一人暮らし。生活費を得るため昨年からフルタイム勤務に突入で「もう万年青編集は無理かも・・・」と弱音を吐いたら、生活総合研究会のチームワークに助けられ、なんとか 25 周年記念号完成の光明見えました。深謝！



『第 53 回 電話相談「シニアの悩み 110 番」』

電話相談担当 福与克己

1. 総括

第 53 回電話相談「シニアの悩み 110 番」は 2022 年 9 月 24 日(土)～25 日(日)の 2 日間、全国 5 カ所（九州、関東、中部、東中国、中国）で開催された。

今回から全国協会事務局は当番制となり、九州は今回（令和 4 年 9 月）と第 54 回（令和 5 年 3 月）を担当する事になった。

各協会への開催要領発令から実績集計と報告書作成までの重要業務は初仕事で面食らったが、相談員と集計担当の精力的な取組みで責任を果たすことができた。

(1) 特記事項

- ①スタッフ：相談員 5 名、データ集計担当 1 名の計 6 名（延べ 11 名）
- ②会場：福岡市西区生松台 3 丁目 20-2 エバーグリーン生松台第 3 集会所
2020 年 3 月から継続使用しており、広さ、万全なコロナ対策、低額使用料（3,200 円/2 日）等のメリットあるが、遠隔地のため相談員には負担をかけている。
- ③広報活動：①福岡市政だより②毎日新聞掲載③TVQ 九州放送による広報実現。
 - ・肝心の西日本新聞社は人事異動で担当記者への依頼が伝わらず報道不調に終わった。
 - ・毎日新聞社は従来以上の広い紙面で丁寧な報道がされ、特に北九州からの相談が増えた。
 - ・TVQ 九州放送は「終活」をテーマに当日の電話相談会場での相談員へのインタビュー、会長自身の「終活」準備や S L A の実情を詳細に取材され 10 月 6 日夕方の番組で放映された。今回の電話相談には直接繋がらなかったが、当協会の活動が広く紹介された意義は大きかった。
 - ・福岡市は「市政だより」で毎回報道支援をして頂いているが、コロナ禍で沈滞していた各団体の活動が活発化しており、次回以降は楽観できない。
 - ・コロナ禍で各社訪問は自粛していたが、次回からは主要先に訪問、または電話での確認を徹底する。
- ④相談件数：31 件 情報入手先 * 市政だより 22 件 * 毎日新聞 8 件 * その他 1 件
- ⑤事前研修会：2022 年 9 月 6 日 13:00～15:00 コロンセンター 6 名
前回（第 52 回）の相談事例 10 件を復習し対応について意見交換
- ⑥経費（実績見込み）：約 53,000 円（予算 50,000 円）
会場費、N T T 工事費、相談員交通費・日当・昼食費、資料印刷費、切手代等

(2) 全国相談件数 前回 196 件⇒91 件（46.4%）

関東 114 件⇒21 件と 82% の大幅減となった。九州も 34% 減。中部他も 10 件台に止まった。
各協会別相談件数 (単位：件)

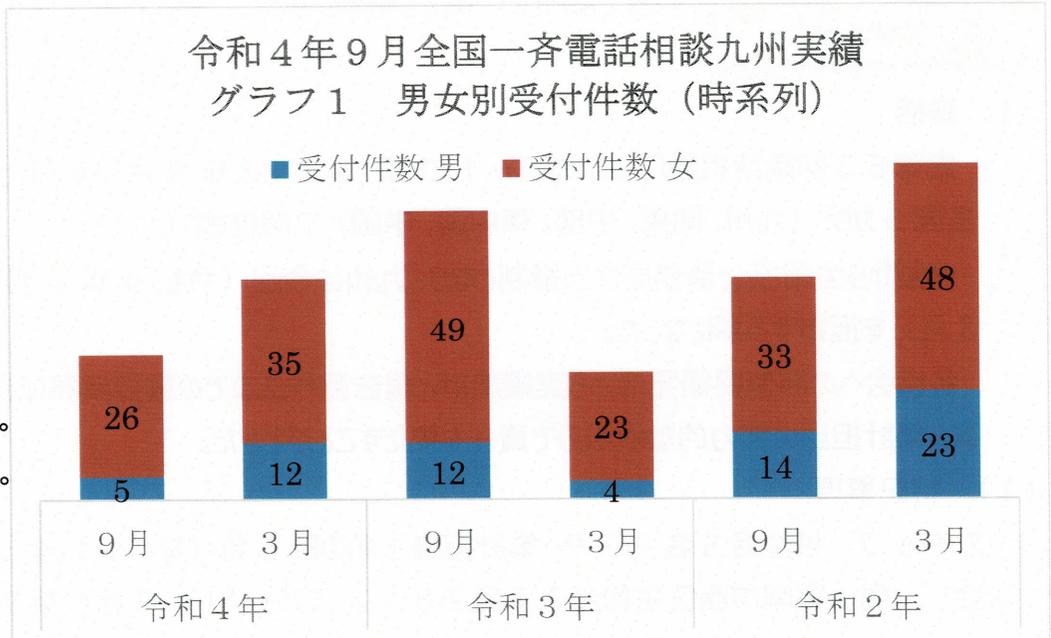
	九州	関東	中部	東中国	中国	合計
今回 (R4.9)	31	21	14	14	14	94
前回 (R4.3)	47	114	15	12	8	196

参考：令和 3 年 9 月 合計 274 件（令和 3 年 3 月 279 件をピークに減少傾向）

2. 九州協会の特徴

(1) 前回 47 件から 16 件減の 31 件。
(N 新聞社への報道依頼を手抜きし影響大)

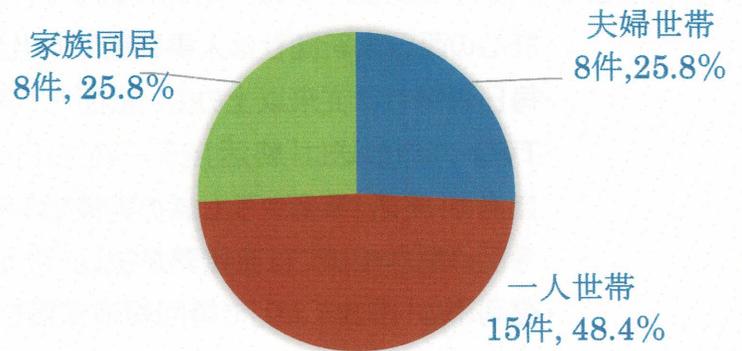
(2) 男女別実績は
男性 5 件 (16.1%)
女性 26 件 (83.9%)。
従来以上に男性件数が減少。
前は
男 25.5% : 女 74.5%
前々回 19.7% : 80.3%



【グラフ 1】

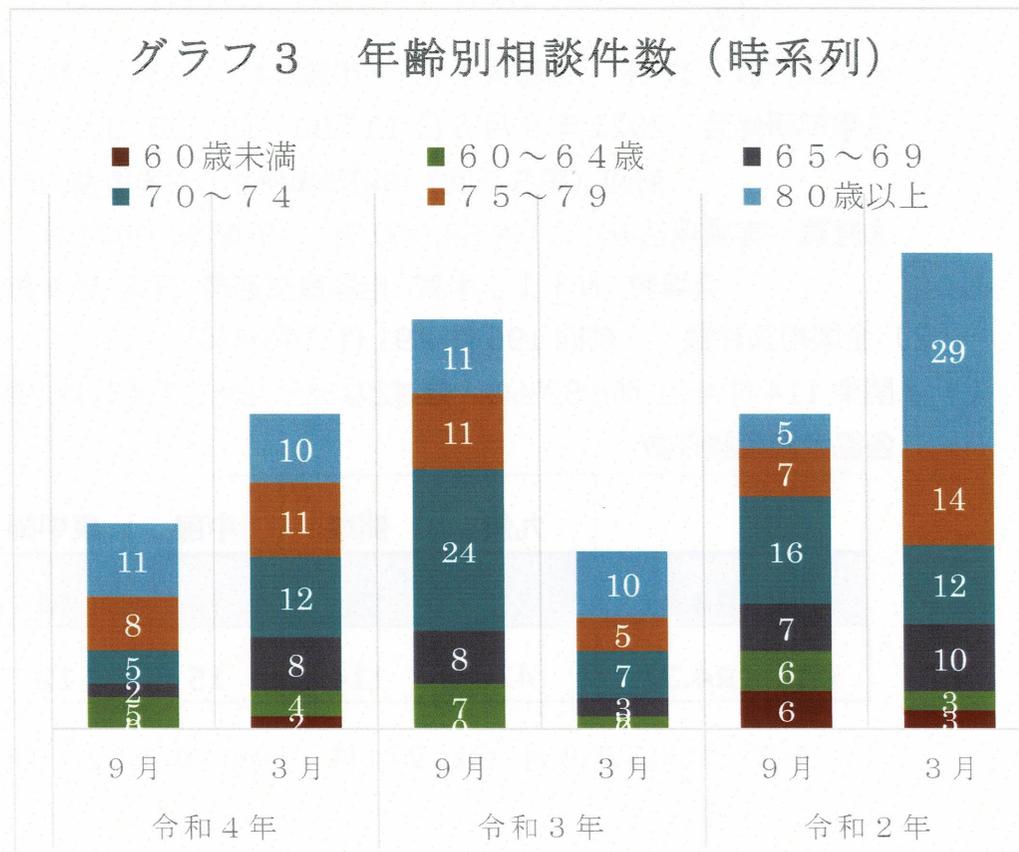
グラフ 2 暮らし形態別件数 (令和 4 年 9 月)

(3) 暮らし形態別は
「一人世帯」 15 件 (48.4%)
「夫婦世帯」 8 件 (25.8%)
「家族同居世帯」 8 件 (25.8%)。
概ね「一人世帯」50~60%
「夫婦世帯」20~25%
「家族同居世帯」20~25%の傾向



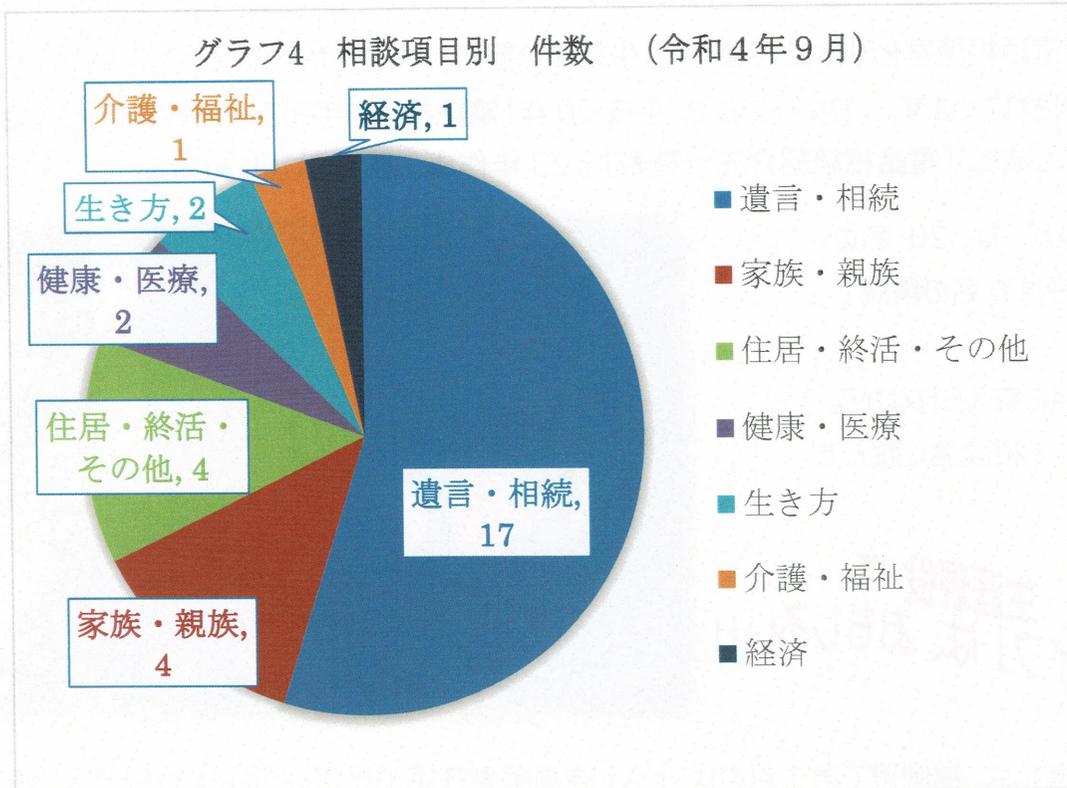
【グラフ 2】

(4) 年齢別は
70 歳代が 13 件 (41.9%)
でトップ、次いで 80 歳以上
が 11 件 (35.5%)、3 位は
60 歳代 7 件 (22.6%)。
毎回 70 歳代が約半数を
占めている。
5 年ピッチでは 75~79 歳
代が 8 件 (25.8%)、
70~74 歳代が 5 件
(16.1%)
60~64 歳代も 5 件
(16.1%)。
80 歳代が漸増傾向。



【グラフ 3】

- (5) 相談項目別のトップは毎回「遺言相続」だが、今回も17件（54.8%）半数以上を占めた。次いで「家族問題」が4件（12.9%）、「住居」3件（9.7%）だった。「住居」の3件は全て一人世帯で、立ち退き要求、高齢になり処分したい等の厳しい内容だった。新型コロナに関する相談は1件もなかった。【グラフ4】



3. 課題

- (1) 高齢者が抱える悩みは多種多様。しっかり傾聴して一緒に考える姿勢が大切で、その過程でアドバイスができれば幸い。相談の場数を踏み、経験が重要になる。
一方、熟練の相談員は高齢化が進み、電話での対応に支障を来し始め、若返り時期を迎えている。女性リーダー養成と相談員の質的、量的充足なしでは電話相談事業の継続は赤信号となる。
- (2) 電話相談はいかにして悩みを抱える高齢者にこの催しを伝えられるか。事前の広報活動が何より重要で、これまでも福岡市をはじめ報道機関のご協力頂いているが、各社とのコンタクトを継続し一層のご理解を得る努力が不可欠である。

以上



テレビQ報道番組「ふくサテ」11月10日放送

生活総合研究会 ～活動を振り返って～

世話人 山崎 正弘

生総研は、電話相談室を母体として生まれ、生総研の担当とされたのが平成 17 年、同年 4 年ぶりに相談会が再開されています。これに呼応して、平成 20 年「電話相談の手引き」作成に着手し、22 年、24 年改正しました。また、「電話相談紹介先一覧表」を 23 年作成、27 年改正しました。

かつてのメンバーは、20 名の多数でしたが今は 6 名の精鋭で続いています。

これらの資料に支えられながら、現在のメンバーで相談会に臨んでいます。

生涯現役
「生総研ライフ」は、おもしろい!!



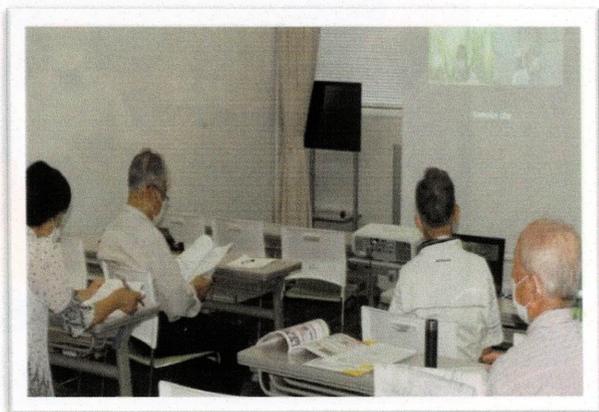
平成 24 年には、福岡県で第 1 号のサービス付き高齢者住宅の見学、25 年には早良区での、にのさかクリニックでの研修、29 年には西区のサービス付き高齢者住宅の見学も行いました。昨今は、コロナ禍でこの種の見学、研修は出来ていません。

最近の話題は、デジタル化の波の影響を受け、これらの手段を取り入れたことでしょうか。開催日の日時や変更などは、文明の利器である LINE で「生総研グループ」を作り、連絡や画像の送信を行っていき、一斉に送れてなかなか便利であると実感しています。

次は、更に I T 技術を駆使して O n - l i n e に挑戦してみようかと勉強会をして、その後定例会を利用し、全国会議のリハーサルも行いました。この技術は便利ですが、この度のコロナ禍のようなやむを得ないときに限定すべでしょう。

今後も色々な分野で I T 技術を使った新しいソフトが現れるでしょう。研究会活動に使えると思われるものは積極的に姿勢が必要でしょう。

生総研 相談会と歩きつつ 新たな技術 取り入れながら



世話人 藤井 亮子

九州 SLA 協会の基本理念の一つに「私たちはジェロントロジー（長寿社会の人間学）を研究し、シニアの無限の可能性を追求いたします」という一節があります。1960 年代アメリカ高齢者に関する生理的、心理的、社会的学問として世界的に普及いたしました。

2003 年、井星郁夫氏が世話人として一期生 15 名のメンバーで研究会として発足しました。その後 26 名のメンバーとなり、ジェロントロジー研究会では「東大が作った高齢社会の教科書」をテキストとして学習し、現在はメンバーが独自の視点の卓話発表し、その後皆で意見交換をして深めています。コロナ禍でもできるだけリアル例会を実施しました。

長寿とは我が国では、喜寿、傘寿、米寿、卒寿、百寿と喜ばしく家族のお祝い事ではありますが、社会保障費財政の問題の対応が遅れており、税制等での財源を確保が喫緊の課題と思われます。

現在は 4 名のメンバーで頑張っていますのでメンバー募集しています。

(1) 最近の卓話発表

開催月	担当	卓話 演題	内容
2021 年 7 月	井星 郁夫	那珂川市と新幹線	博多車両基地と新幹線物語について
11 月	藤井 亮子	生活保護の現状	受給者の実態と扶養照会について
11 月	先川 祐次	101 歳からの手紙	満州国と阿片密輸の結末
2022 年 1 月	金尾 正城	人生 100 年時代の戦略	リング・クラットンライフシフト 2
3 月	矢野 文夫	二十四節気、七十二候	一年を二十四分割して季節を把握
6 月	阿部 友子	本土復帰 50 年の沖縄	日米地位協定の内容と問題点
9 月	藤井 亮子	女性版骨太の方針 2022	世界のジェンダーギャップ指数
(第 131 回)11 月	金尾 正城	林住期から遊行期へ	終活の始めはエンディングノート

先川氏は 2021 年 11 月 12 日の定例会で上記の卓話をされ、5 日後の 11 月 17 日にご逝去されました。生涯学習を見事に実践され、長寿人生を全うされました。井星氏は 2022 年度に退会されました。

(2) ジェロントロジー研究会メモリアル



先川氏 100 歳万歳！お祝いの会



「人生 100 歳時代の戦略」発表原稿

世話人 福与 克己

高齢研の活動状況は 20 周年記念誌、万年青 123 号、126 号等随時報告されているので重複するが整理して再録する。

1. 20 周年記念誌 (2018 年=平成 30 年 3 月発行)

2009 年 4 月 高齢者制度研究会 (高齢研) として発足、メンバーは 4 名⇒11 名
介護保険制度他高齢者の福祉に関する諸制度の座学と見学会等の課外学習。

2017 年 4 月 8 年間の活動を継続してきたが、この間メンバーの退会もあり高齢者雑学研究会に
名称変更 (略称は高齢研を継承)、メンバー 4 名。

2. 万年青 123 号 (2021 年=令和 3 年 1 月発行) 126 号 (2022 年=令和 4 年 8 月号)

2020 年 (R2 年) 4 月世話人佐野氏⇒福与氏に交替、定例は毎月から隔月開催に変更。
コロナ禍で 4 回開催。

2021 年 (R3 年) 会員の体調不良や家族の介護で定例会は休会が続き 2 回の開催に止まった。

2022 年 (R4 年) 11 月末までに 3 回開催した。隔月開催 (奇数月) だが休会の場合は、次月
(偶数月) に順延することにした。

★学習内容 R4 年 11 月の例

- ① 高齢者向け時事用語
- ② 常識の復習
- ③ 新聞情報
- ④ 新書紹介

2 カ月に 1 回は顔合わせと情報交換のため開催しているが、メンバーの高齢化や家族のケア等今後の継続には不安がある。



2021 年 9 月高齢研定例会

一気会 ～活動状況～

世話人 金尾 正城

一気会は 2002 年、小樋井一男氏が生涯学習の場として提案され、九州 SLA 協会の研究会第 1 号として活動を開始いたしました。2022 年 10 月にて 193 回の定例会を行い各メンバーが発表原稿をまとめお互いに確認し合う形式で続けて参りました。

ここ近年はコロナ禍の関係から卓話原稿の「原稿送付方式」にて行っています。2018 年当時は 12 名で活動を行っていましたが、現在は休会者を含めて 6 名となり卓話の順番が早く回ってきますので原稿の作成が忙しくなっております。

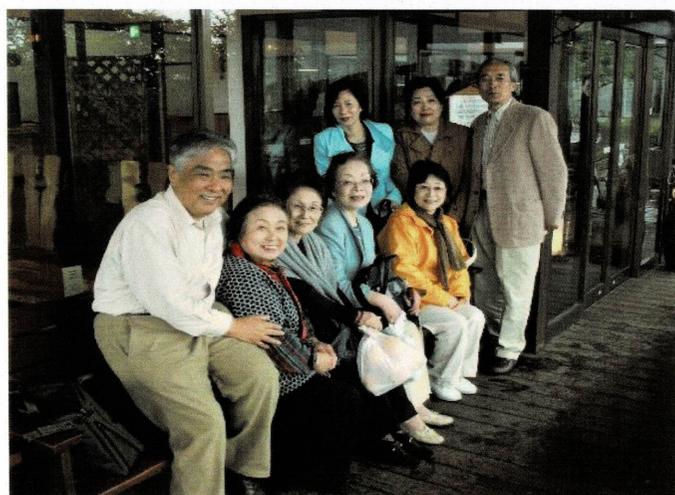
一気会は年に一度は課外授業として一泊研修会を実施、美しい風景を見たり、史跡を学んだり致しております。この時は門戸を開き、メンバー以外の方も参加され、新鮮な定例会を行って行っていました。このような楽しい定例会は、コロナ禍のため実施ができておりませんので、ワクチンを打って従来のような定例会ができます日の到来を念ずる次第です。

(1) 最近の卓話内容

開催月	担当	卓話 演題	内容
2021・10月	藤島 晶子	東京オリンピック	多様性と調和の理念で無観客開催
12月	金尾 正城	エネルギー・リスク	気温上昇を 1.5℃以内に抑える対策は
2022・1月	酒井 淑子	大丈夫	大丈夫の様々な使い方について学ぶ
3月	中富 節子	世界が日本人に学ぶ	能力・品格・良心等の 10 項目について
4月	藤島 晶子	端午の節句	鯉のぼりは龍になって天に上る
6月	金尾 正城	幸福を考える	ウエルビーイング学会の幸福とは
9月	酒井 淑子	花のさだめ	庭師 桜守 佐野藤右衛門の桜とは
2022・10月	中富 節子	2022 年の侵略・戦争	権力者の思想の本質について

最近の発表内容ですが、社会の変化や現代の諸問題に対して、洞察力をもって分析し、自らの意見や考え方をまとめておられます。

(2) 過去の課外授業



能古島で久保田さんから島の話聞く



長崎伊王島で異文化のルーツを訪ねる

福祉研究会 ～講堂満杯に～

世話人 久富 シゲ

S L Aに何時でも参加できるようになった退職後の事。春日市「あすばる」の講堂を1週間借り切って、会の活動を伝える行事が計画され、そのチラシが2千枚印刷済でした。

チラシ配布後「介護保険について」話す人が断り、講師に困っているという話を聞き、私が申し出ました。S L A活動発表に立ち寄る人は無く、皆さん素通りで「閑小鳥」の言葉そのままです。

ところが「成年後見制度」講演の時間は講堂満杯で席が不足し、後ろの方で椅子を持ち込む音がガタガタと前の講師席まで聞こえます。それでも立っている人が多数出ました。

講演後も多くの方に囲まれて、お礼や質問の声が続きます。しかも当日は台風大雨です。

その日の夕方に「講師は久富さんだったのですね」と、福祉研の人から電話があり、そのときに講演のことが西日本新聞社「リビング」に掲載されていたことを知りました。多分、広告スペースに空きがあり、その穴埋めに当協会が依頼したチラシを見て、急遽無料で掲載されたと思われます。

ラッキーな私のS L Aデビューでした。





協会イベント情報

自主研究会 2023年1月～6月 定例会スケジュール(予定)

自主研究会	1月	2月	3月
一気会			10日(金) 10:30～
福祉研究会		25日(土) 10:00～	
ジェロントロジー研究会			9日(木) 10:30～
高齢者雑学研究会		14日(火) 13:30～	14日(火) 13:30～
生活総合研究会	21日(土) 13:00～		

自主研究会	4月	5月	6月
一気会	7日(金) 10:30～		9日(金) 10:30～
福祉研究会			
ジェロントロジー研究会			
高齢者雑学研究会		9日(火) 13:30～	
生活総合研究会	15日(土) 13:30～		17日(土) 13:30～

(定例会の日程は中止や変更になることがあります。事前に各研究会に確認をお願いします)

九州 SLA 協会創立 25 周年記念行事

日 時：令和5年3月18日(土) 10:00～16:00

内 容：10:00～11:30 九州 SLA 協会の今後の運営についての意見交換

[会場：Bsis Pointo Schola Gビル天神9階会議室]

11:30～16:00 懇談会／記念品贈呈 [会場：西鉄グランドホテル グランドカフェ1階]

※記念品は、事前に自宅に配送済です。

主な予定 (2023年1月～6月)

- ★電話相談事前研修会 2月25日(土) 13:30～16:00
- ★25周年記念行事 3月18日(土) 10:00～16:00
- ★春の全国一斉電話相談会 3月25日(土)～3月26日(日)
- ★第26回通常総会 5月20日(土) 13:30～



【発行日】 2023（令和5）年3月1日
【発行者】 九州SLA協会会長 山崎 正弘
【編集】 広報委員会 〒811-3221 福岡県福津市若木台 6-3-9