

福智町老人クラブ連合会  
笹原 雄次会長(金田)



つながりは一度失  
うと、取り戻すこ  
とが難しいもの。  
高齢者は増えてい  
ますが老人会がな  
くなる地域もみら  
れます。みんなが積極的に地域活動  
に参加し能力を発揮することで、つな  
がりも生まれ、高齢者が主体となれる  
社会が築けるのではないのでしょうか。

素敵で幸せな第二の人生を  
世界一の長寿社会となった日本。「高  
齢化社会」は、高齢者が主役になり得る  
社会です。支えられるだけでなく、支  
える担い手として、高齢者が元氣な社  
会は、大きな可能性を秘めています。  
地域や社会は、豊富な経験と知識を  
持った高齢者の活躍を必要としていま  
す。しかし「もう年だから」と自分に  
ブレーキをかけ、社会とのつながりを  
閉ざしてしまう人も少なくありません。  
セカンドライフ(第二の人生)は、本人  
が楽しみ、活力を得ながら、地域や社  
会も元氣にできるステージ。その活躍次  
第で、町や地域も一層活性化します。  
心の扉を開いて一歩踏み出せば、ひと  
ものこと・知識など、ワクワクするよ  
うな出会いが待っています。自由にな  
る時間をもっとすてきに…。ぜひ有意  
義で喜びに満たされる「幸せな人生」を  
コーディネートしてみてください。



町内44地区が実施している「ふれあい交流」は、地域の60歳以上の主体で運営され、つな  
がりを築く場として展開。今後、全地区へ広がる取り組みが進められます。写真は「生涯現役ばい」  
「退職は引退やないけんね」など、元氣な会話を響かせた「弁城新町ふれあい交流」のみなさん。

長谷川 京子さん  
市場 / 69歳  
吟詠

kyoko hasegawa



30年越しの夢を達成  
年をとるほど努力しています

27歳の時に吟詠の奥深さに  
魅了された長谷川京子さん  
(市場)。当初から数々の大会で優  
勝を飾っていた長谷川さんですが、  
目標としていた「吟士権」の取得  
にはなかなか手が届かず、いつし  
か挑戦を諦めてしまっていました。  
しかし周囲が挑戦する姿に「この  
ままでは終われない」と一念発起。  
昨年、30年ぶりに西日本吟詠大会  
に挑戦し、今年念願の「吟士権」を  
手にしました。「年をとるほど努力  
が必要で、自分との戦いです。西  
日本吟詠大会では、あえて64歳  
までの部に挑戦し、意欲を高めま  
した」と長谷川さん。現在は年に1  
人しか認定されない「最優秀吟士  
権」を目指し、稽古に励む毎日です。



↑長谷川さんは週2回、吟詠を指導していま  
す。興味のあるかたはぜひご見学ください。  
稽古日時▶毎週 四 20:00～、毎週 三 13:30～  
場所▶ 四は市場7区集会所、三は正蓮寺(伊方)

原田 福次郎さん  
伊方 / 93歳  
グラウンドゴルフ

fukujiro harada



仲間と過ごす時間に感謝  
健康で生涯現役を目指します

今 年の福智町グラウンドゴル  
フ大会決勝戦で、最高齢  
者として出場した原田福次郎さん  
(伊方)。ホールインワンを達成し、  
周囲を仰天させました。グラウン  
ドゴルフチーム福智町青空会で、  
いつも行動を共にする妻のマサ子  
さんと一緒に、週2回練習に励む  
原田さんは「今の生きがいはグラ  
ウンドゴルフ。ここに来たら仲間  
がかわいがってくれるので、練習  
日が待ち遠しいです」とメンバーを  
見つめながら話します。「100歳に  
なったらランニングを始め、今後  
も常に体を動かしていきたい」と言  
う原田さん。妻や仲間と喜びを共  
有し、常に目標を持つことが生涯  
現役を目指す糧となっています。



↑28人が所属する福智町青空会で実力が上  
位の原田さん。「まだまだ若い人には負けませ  
ん」と年齢が10歳以上も離れている仲間と、  
一緒にプレーできる喜びをかみしめています。

谷口 マス子さん  
弁城 / 72歳  
ボランティア

masuko taniguchi



自分の世界を広げる第一歩は  
諦めず挑戦することから

目 の不自由なカタのために  
広報紙などを音読するボ  
ランティアグループ「青い鳥」で活  
動する谷口マス子さん(弁城)。2  
歳の時に発症した病気で右足に障  
害が残った谷口さんは「みなさんに  
助けられることが多いので、自分  
は自分のできることで人の役に立  
ちたい」と、さまざまな人助けの活  
動に励んでいます。幼いころは障  
害のために引っ込み思案になり、  
やりたいことを諦めた時もあった  
という谷口さん。「同じ境遇ながら  
前向きに頑張っている人との出会  
いに励まされています。「できない」  
と思いつまみず、今後もいろんなこ  
とに挑戦していきたいです」と語  
る力強いまなざしが印象的でした。



↑今年5月発足の「車いすレクダンス普及会田  
川支部」でダンスを楽しむ谷口さん(左)。11月  
12日に三重県で開催された車いすレクダンス全  
国大会にも出場し、出会いの輪を広げました。