

シルバーライフに輝きを。 ～高齢者の福祉を身近にわかりやすく～



vol.57 2021.3

主な内容

- ▶働くことを通じて生きがいを
・橋本市シルバー人材センター
- ▶配食サービス見守り事業をご存知ですか
- ▶100歳おめでとうございます

編集・発行
健康福祉部 いきいき健康課



▲剪定作業も軽快に

高齢者が働けるように

「橋本市シルバー人材センター」（以下、シルバー）は、高齢者の皆さんが働くことを通じて、生きがいを持って地域社会に貢献するという「自主・自立・共働・共助」の理念を基本に運営している団体です。企業や家庭、公共機関などからさまざまな仕事を引き受けており、現在568人（男性383人、女性185人）が登録しています。

幅広い分野で活躍

シルバーの仕事は、草刈りや剪定など屋外作業が主な仕事ですが、専門的技術を持つ会員も多く、「塾」「パソコン教室」「書道教室」「英語教室」「ミシン工房」「刃物研ぎ」など幅広い分野で力を発揮しています。



▲会員交流グランドゴルフ大会

仲間づくりや健康づくり

仕事は班（チーム）で協力して行うので、仲間づくりや健康づくりにもつながっていきます。また、働くこと以外にも、ボランティア活動や会員同士の親睦を図るための交流会も開催しており、皆さんがいきいきと活動しています。

働くことを通じて生きがいの充実を

近年、急速に進む少子高齢化が全国的に大きな課題となっています。橋本市でも今後、現役世代が減少するとともに、高齢者人口の大幅な増加が見込まれています。高齢者が働くことは、生きがいを得られるとともに、地域社会の活性化にも貢献しています。

活躍する高齢者

橋本市には、長年培った知識や経験を生かして若者に負けない働きぶりで活躍している高齢者がたくさんいます。定年退職後もそれぞれのライフスタイルや体力に合わせて働くことで、生きがいを見つけることができます。また、ボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加を通じて、高齢者が健康で生きがいのある生活を送っています。



活躍の場は人それぞれ

まずは自らの健康に注意を払いながら、介護予防に取り組む「自助」を行いましょ。そして、元気な人はこれまでの経験や知識を生かし、社会の担い手として参加していきませんか。

市では、高齢者の皆さんが社会参加しやすい環境づくりを目指しています。活躍の場は人それぞれです。働くことを通じて生きがいの充実を図ってみませんか。



清掃ボランティア

剪定

塾

シルバーで働く人たち

私たちががんばっています!

草刈り

休憩時には笑顔があふれます