

あきたで長く楽しく 暮らす研究室

<第5回>

完熟のブドウは後期高齢者、
まだ尻が青い未熟のリンゴは若者を表しています。
『年の差フレンズ』 by リームちゃん



目次

ワークショップ

「11月27日開催の『年の差フレンズ文化祭』について具体的に企画する」

- 1、前回の振り返り／年の差フレンズと先輩参加の促進について
- 2、秋田の先輩ってこんな人、後輩ってこんな人
- 3、11月27日「年の差フレンズ文化祭」の開催場所の発表
- 4、開催場所の確認
- 5、企画書作成と発表
- 6、文化祭 PR 用チラシの確認
- 7、忘年会について

1、前回の振り返り

／年の差フレンズと先輩参加の促進について

年の差フレンズをつくろう

「秋田で長く楽しく暮らす研究室」では、年齢差のある友達（年の差フレンズ）を作る方法、および年の差フレンズとどのように繋がるかを主要なテーマに、様々なワークショップを通して、研究を進めています。「年の差フレンズづくり」を主要なテーマにした理由は、昨年の聞き取り調査で**年の差フレンズを持っている先輩たちの中に生き生きと元気に暮らしている人が多かった**こと、また、年齢差のある友達を持つことで、地域の助けを得ながら**長く自分の家で暮らす可能性が広がる**ことが分かったからです。

前回参加してくれた先輩の紹介

前回、二人の先輩がワークショップに参加してくれました。

昨年行った、先輩たちへのヒアリングに協力してくれた女性二人で、展示会の「先輩スタイル」ブースでもそのライフスタイルを紹介しました。一人は、社交ダンスが大好きで、ほかにも吹矢、合唱、ラテン音楽鑑賞などのサークルに入り毎日をおう歌しているS. Nさん、80歳。今回提唱している「年の差フレンズ」の重要性に気づかせてくれた人でもあります。もう一人は、長男家族と同居して一家の家事と孫の養育を担う現役主婦のY. Sさん、72歳です。二人は、第1回から3回までの市民ワークショップの講座への参加を通して対面し、リアル友達にもなり、行き来を始めました。

このような先輩たちを、ぜひこの市民ワークショップに誘っていただき、研究室の仲間を増やしましょう。増やせば増やすだけ、いろいろなノウハウや知恵、コネクションが増えて、やりたいことがやりやすくなります。

ワークショップ番外編

「年の差フレンズ」ということで…

リームちゃんがワークショップ前のお昼ごはんの時間に、ぶどうとリンゴを持ってきてくれました。ぶどうは（完熟）後期高齢者、りんごは（未熟・尻が青い）若者を表しています。りんごは何も使わない自然農法（奇跡のリンゴの木村さんのやり方）でつくられたものです。



各チームで事前打ち合わせ（写真左から音楽チーム・食チーム・運動チーム）



文化祭の企画をより具体的にするため、各チームで事前に打ち合わせや練習が行われました。

2、秋田の先輩ってこんな人、後輩ってこんな人

配布されたペーパーに書かれた言葉の中から、「先輩（シニア）に対するイメージ」を好きなだけ選びましょう（3分）。選んだら、グループごとにどの言葉が多くあがったかを確認してみましょう。



結果

圧倒的に多かったのは「頑固」。

次に「後輩（若い人）に対するイメージ」にあてはまる言葉を別のペーパーから選びましょう（3分）。選んだら、グループごとにどのイメージがあがったかを確認してみましょう。



結果

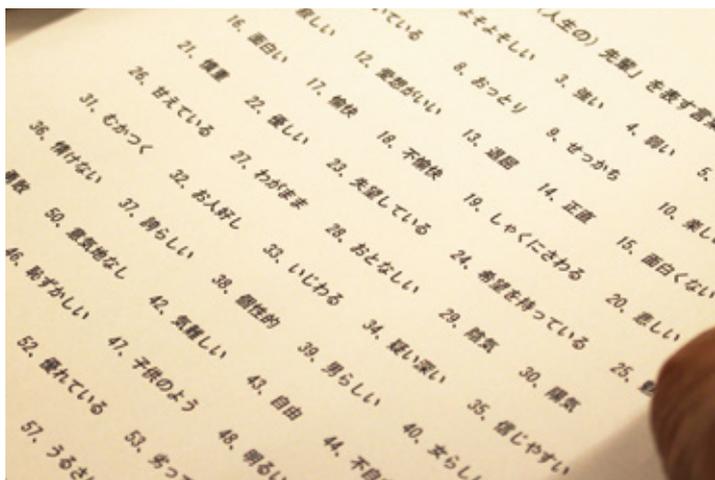
音楽チーム… 弱い、希望を持っている、おとなしい、覇気がない、かわいい

運動チーム… 素直、覇気がない

食チーム … 素直、自由

分かったこと

先輩のイメージは統一されているけれど、後輩に対するイメージは多彩。いろいろな感じ方をする人がいるということを確認できました。



3、11月27日開催の「年の差フレンズ文化祭」の開催場所の発表（市役所・加賀さんより）

前回のワークショップの後に、市役所（加賀さん）に寄せられた開催場所の候補について、制約や設備、空きなどを検討した結果、市役所1階の「市民ホール」で開催することが適当と思われると発表されました。

「食チーム」が調理室が必要な場合は、午前9時～12時までには使えることもメリットです。

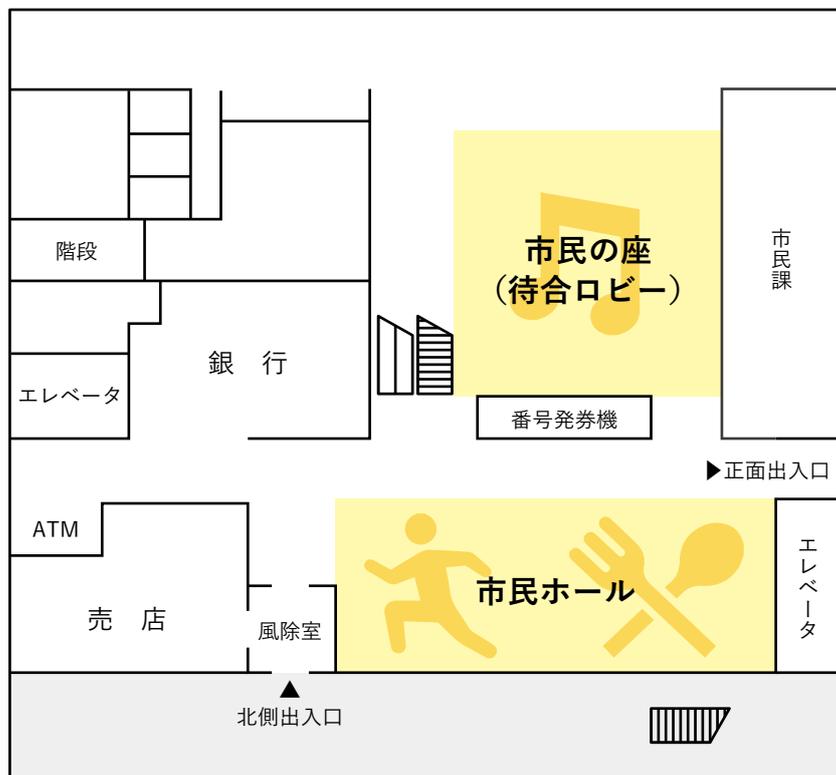


4、開催場所の確認

発表された市民ホールを実際に見て、3グループ（食、運動、音楽）のスペース配分、時間配分、使い勝手などの確認を行いました。



スペース配分

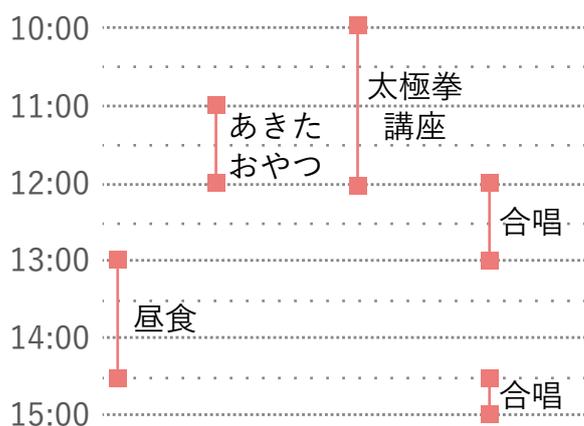


食チーム…ホールの右側（正面玄関側）を使用。

運動チーム…ホールの左側（絵画のある方）を使用。

音楽チーム…状況を見ながら空いている場所を使用。「市民の座」の大スクリーンの使用が可能なら歌詞を映写したい。

時間配分



食チーム…午前中に調理室で調理と片付けを済ませて、11:00-12:00に「あきたおやつ」の店（無料提供）を開店。

運動チーム…10:00-12:00 太極拳講座を開催。

※食チームが出店をする 11:00-12:00 は食チームの動向に気を付けて開催する（ほこりが立たないかなど）。

音楽チーム…12:00-13:00 と 14:30-15:00 に合唱を披露。13:00-14:30 参加者のランチタイム（多目的ホールで市民憲章表彰式があり、静かにしていることが望ましいため）

5、企画書作成と発表

4 の開催場所確認を踏まえて、3 チームそれぞれに企画書を完成させて発表しました。協力者や協力団体についても考えてみました。

食チーム「あきたおやつ」

秋田に昔から伝わるおやつ（例：ばったら焼き）を復元して、年代を超えて楽しむと同時に、若い人たちにトッピングなどで今時のおやつに変身させてもらい、それも一緒に楽しめます。JA 秋田の食育部門に働きかけて、原材料の提供を受けたり、デモメンバーの応援をお願いしたりもします。



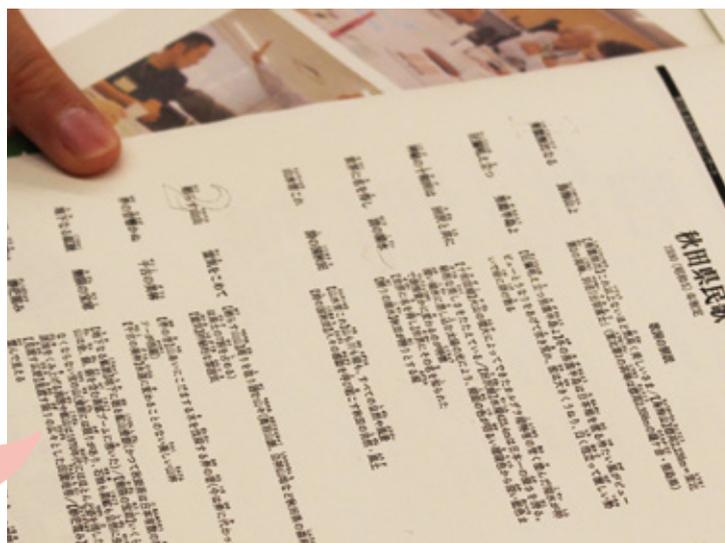
運動チーム「みんなでやろう太極拳」

チーム員のひとり菅生紀光さん（ニックネーム・リームちゃん）が日ごろ勤んでいる太極拳をみんなで一緒に楽しめます。すでにリームちゃんが所属する太極拳の協会の秋田支部から指導員数名および参加者の参加を取り付けており、50 人以上が参加する予定です。



音楽チーム「めざせ 5000 歳！ 県民歌大合唱」

秋田県民のソウルソングである「秋田県民歌」はじめ秋田にゆかりの歌をみんなで歌います。参加者の年齢合計を 5000 歳に近づけることも目標のひとつ。最初は歌の意味の確認も含めて練習を行い、最後は大合唱にします。NPO 団体に音源の提供を（なるべく無償で）協力してもらえるように交渉してみます。



6、文化祭 PR 用チラシの内容確認

下書きができていた文化祭のチラシの内容の確認や未定だった部分の確定を行いました。確定したチラシは印刷して、いろいろなところに配布して、ワークショップのメンバー以外の人たちの文化祭への参加を促します。



7、忘年会について

第7回市民ワークショップ（12月18日）の終了後の16時から、研究員による忘年会を開催したいという提案があり、参加希望者多数で開催することになりました。16時からというスタート時間や収容人数、予算などの面で適切と思われる会場に心当たりのある人はお知らせください。

次回11月27日(日)は年の差フレンズ文化祭!

「あきたで長く楽しく暮らしていくための研究室(※)」では、老いも若さも、自分のまちで地域の人と暮らしていく方法について考えています。その一つが年の差がある友達を地域につくること。研究員は、この半年間その方法を研究して友達になるアイデアを考え出しました。そのアイデアを試すための文化祭を開きます! あなたも、新しい友達をつくりに来ませんか?

※「研究室」は、秋田市が主催するエイジフレンドリーな「高齢者にやさしいまち」の実現に向けた取組の一つとして開催しているもので、20代から60代まで幅広い世代が研究員として参加しています。

主催: 秋田市長寿福祉課 企画・運営: あきたで長く楽しく暮らす研究室 / (株) studio-L

2016年11月27日(日)

10:00 - 15:00

秋田市役所1階 市民ホールにて

■参加申し込み方法

文化祭への参加をご希望の方は、当日、直接、市民ホールにおいでください。参加大歓迎です。ぜひお友達もお誘いあわせください。

■お問合せ先

秋田市役所長寿福祉課

電話: 018-888-5666

FAX: 018-888-5667

メール:

ro-wflg@city.akita.akita.jp