

ピンピン、キラリ!



人生はシニアになって輝く

趣味、運動、『ボランティア』、町内会、市民活動などの多彩な社会活動に複数参加しているシニアほど、要介護になるリスクが低くなるという研究成果があります。

逗子市には活動的なシニア（アクティブシニア）が大勢おられます。今回は『ボランティア』に従事し、人生を楽しんでいるアクティブシニアについて考えました。

(2月13日(金) 市民交流センター 会議室)



講師&アドバイス

『ボランティアってなあに? なぜボランティアなの?』

～ 自分と他者とのつながりの中で ～



シニアになって、自分がやりたい事も大事だが、他者の幸せに配慮をすることも考えるようになりました。人は親・家族・友人など他者との「つながり」の中を生き、学び、そして輝きます。

ボランティアをより実りあるものにするためには、楽しく活動することが必要。楽しい気持ちは他者に伝わります。続けていくためにも無理をせず楽しく活動しましょう。

山西 優二 さん (早稲田大学文学学術院 教授)

『逗子のアクティブシニアによるトークショー』



ボランティア活動で輝いている多くのシニアと交流があります。皆さん自分の特技を活かす、「自分のため」と「人のため」を自由に行ったり来たりしています。無理していない、興味のおもむくままに活動し、自分の中の予期しない出会いを楽しんでいます。アクティブシニアの代表である3人の方とのトークショーを楽しんでください。

龍村 敦子 さん (逗子市ボランティア連絡協議会 副会長)

受講者の感想

3年前に横浜市から小坪にきました。環境に恵まれているせいか、今日の講師・出演者のように温かい人柄の方が多く日々嬉しい発見の連続です。逗子が終のすみかとなると思うが、この街で私のできることを見つけていきます。