

基本情報

人口 : 155,492人
高齢化率 : 34.1%

取組の背景

- 4 課（地域福祉課・高齢福祉課・健康増進課・保険年金課）が保有する統計データと普段の業務で感じていることを総合的に分析。
- 男性は女性よりも脳血管疾患、高血圧受診率が高く他者との交流や生きがいが少ないという分析に至った。
- 分析結果から、男性参加者をターゲットにしていく必要があるとの結論に至った。

概要

- 本事業への参加により、退職後等で外出の機会が少ない男性を対象に生きがいの発見や社会参加のきっかけづくりの機会とする。
- 既存事業を組み合わせるパッケージ化し、疾病予防・介護予防を目的として、男性の特性を生かしたコンセプトによるプログラムを展開する。

取組のポイント 等

- 従来の通いの場では女性の参加率は高くても男性は参加しづらく、本気で取り組む系のものや凝ったような内容でいいのではと考えるようになった。
- 料理教室は通常のものとは異なり、男性が取り組み易いように、1人で最初から最後まで自分のものを作るスタイルとしている。
- 参加者の平均年齢は70代半ばで最高は84歳。
- 健康無関心層の男性でも楽しく学べる。



学級活動の様子

経費

- 既存事業を組み合わせるため、基本的に追加予算は不要。



卒業式の様子

視察当日の様子

- 参加男性は7名
- 当日のスケジュールは学級活動を行った後に卒業式を行った。
- 学級活動では授業内容を振り返り、自分の役割、強みを認識し、今後の生活の目標を生涯現役宣言として1人ずつ発表した。
- 生涯現役宣言では、「ゴルフで90をきりたい」、「自治会の役員、やるんだったら会長をしたい」「社交ダンスでプロの大会に出てみたい」などそれぞれ生き生きと発表されていた。
- 参加者の参加動機は、カリキュラムを見て面白そうと思った方が2名、妻からの後押しで参加された方が1名だった。
- 参加者からは「ここに来なければやらなかったことを色々出来てよかった」という声があった。
- 学級活動終了後は社協からボランティア募集のお知らせ等があった。

今後の展望・課題

- 本事業終了後は参加者同士の交流の継続、学んだ内容を参考に社会参加へつなげ、健康で生きがいを持って生活をおくる男性を増やしていく。
- 長期的には医療費、介護給付費の減少につなげていく。
- 卒業生が活動を継続していけるか、市としてどのようにアプローチしていくか等、C型と同じような悩みがある。
- C型本格実施までに整備していく社会資源創出・マッチング等とも一緒に考えていきたいと思っている。

関係HP

[宇部市立第二人生高校男子校 | 宇部市公式ウェブサイト](https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/koureifukushi/shumi/1021719/index.html)

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/koureifukushi/shumi/1021719/index.html>

宇部市立第二人生高校 男子校

Daini Jinsei High School

忘れかけていた青春が、再び――。

忙しく駆け抜けてきた日々がひと段落して、
時間に少しゆとりができた男性へ。
誰かのために捧げてきた時間を、
これからはじっくり自分に使ってみませんか。

自分の生活について、身体について、趣味について、
もう一度楽しく学べる学校が、ここに始まります。

活動内容は
こちらから



卒業生の声（令和5年度卒業生）

- ・グラウンドゴルフは、高齢者がするものだと思っていたが、やってみると楽しかった。
- ・サロンとかに興味はなく、家にいることが多かったが、外への興味がわいてきた。

卒業生のご家族の声

- ・コーヒーは習ったことを忠実に説明しながら入れてくれた。ドリッパーも毎日使っている。
- ・これまで全く料理をしなかったが、家庭科の授業で習ったものや簡単なスープを週1回ぐらい作ってくれるようになった。

申込期間 令和6年10月1日（火）～令和6年10月21日（月）

定員 20人（先着順）

対象 概ね60歳以上の男性で、今から何か始めたいと思っている人、楽しみを見つけない人。

受講料 基本的には無料ですが、講義内容により材料費等が発生します。

開校期間 令和6年10月31日（木）～令和7年2月6日（木）

連絡先 宇部市健康福祉部 高齢福祉課
TEL 0836-34-8303

申込みは、右記の2次元コード
電話で受付けます。



宇部市立
第二人生高校
男子校
Daini Jinsei High School

令和6年度授業一覧

専門の講師による指導の下、全7科目を実施します。身体のこと、趣味のこと、これからの自分について、楽しく学びましょう。

体育

令和6年10月31日（木）
10時～11時30分
総合福祉会館
※9時30分～10時に
入学式を行います。

誰でも、簡単、レクリエーション

自分の体力の現在値を確認して、効果的な運動方法を学ぼう。（※走ったり跳んだりはありません）

体育

令和6年11月12日（火）
9時30分～11時30分
西部体育館（健康遊具は姪子公園）

二高マスタース（ポッチャ編）

パリパラリンピックの競技でもあるポッチャを体験しよう。頭と体をしっかり使って優勝を狙おう！晴天時、健康遊具も体験します。

家庭科

令和6年11月28日（木）
13時30分～15時30分
山口合同ガス宇部支店「ひまわり館」

男子厨房に入るべし！男の料理教室

へら塩ベージュ作戦による、晩酌用おつまみを作ろう！塩分を減らすこと、野菜摂取の大切さを学ぼう。

※参加料：800円（材料費他）

音楽

令和6年12月23日（月）
13時30分～15時30分
総合福祉会館

ボイストレーニングで、カラオケ達人！

楽しく歌いながら、身体を動かすスポーツボイスを実践します。お腹からしっかり声を出して、若い頃の声を取り戻そう！

家庭科

令和7年1月16日（木）
13時30分～15時
フタマタセコーヒー（永山本家酒造場2階）

違いが分かる 男のコーヒー教室

コーヒーに関する知識や淹れ方を学び、自分だけでなく周りの人も幸せになれる最高の一杯を淹れよう。

※参加料：1,000円程度（材料費他）

図工

令和7年1月30日（木）
13時30分～15時00分
VICリハビリテーション
大学校

マインクラフト！コーヒードリッパー

木材を使ったモノづくり教室。切って、削って、組み立てて、思い出に残るモノを完成させよう！

学級活動

令和7年2月6日（木）
10時00分～11時30分
総合福祉会館
※11時30分～12時に
卒業式を行います。

自分探し、自分発見！

自分のいいところを探し、自分の生き方を模索し、新しい自分の生き方にチャレンジしてみよう！