

介護予防
関連事業

小樽市

～小樽市老壮大学の取組～

取組経緯

小樽市老壮大学は、新しい時代に対応して力強く生きる高齢者の在り方を学び、家庭生活や社会生活に果たすべき役割について研鑽を深め、心身ともに健康の増進をはかることを目的とし、昭和40年度に開設されました。

取組概要

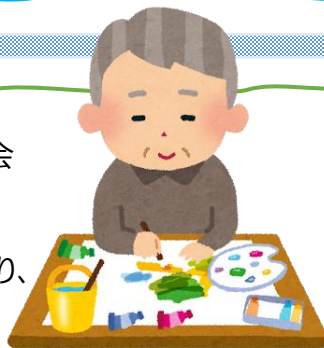
主催：小樽市、小樽市社会福祉協議会、小樽市老人クラブ連合会

対象：おおむね60歳以上の市民

開催時期：通年（週2回）開催 ※夏・冬休みあり

選択科目：書道・版画・水彩画・俳句・絵手紙の講座を実施しており、各クラス初心者からベテランまで協力し合って楽しく学習しています。

（下図参照）



科目	定員	受講日	会場
書道科漢字 1	30人	水(午前)・金(午前)	総合福祉センター
書道科漢字 2	24人	火(午前)・水(午前)	総合福祉センター
書道科かな 1	15人	月(午前)・木(午前)	総合福祉センター
書道科かな 2	20人	月(午前)・火(午前)	総合福祉センター
版画科	16人	月(午後)・木(午前)	総合福祉センター
水彩画科	35人	木(午前)・金(午前)	日赤会館
俳句科	18人	火(午前)・木(午前)	いなきたコミュニティセンター
絵手紙科 1	33人	水(午前)	いなきたコミュニティセンター
絵手紙科 2	30人	月(午前)	総合福祉センター

作品展示会・バス遠足

小樽市老壮大学では、学習の成果を市民に発表する場として、年に一回、市立美術館の市民ホールで作品を展示し公開しています。数か月かけて作品を準備する利用者もいらっしゃるそうで、通学へのモチベーションになっているとのことでした。

また、市の福祉バスを利用したバス遠足も実施しています。利用者へのアンケートで「一人だとなかなか出かけられないので年に一度でも楽しみ」、「何年も家でこもりがちだったのでこういう機会があれば参加したい」等の意見が多くあり、外出意欲の促進につながっています。

利用者の方々にお話を伺いました！

教室に「来る」楽しみ

今回は、書道科漢字1・2の教室を見学させていただきました。

小樽市老壮大学では長く通われている利用者も多く、「教室で友達ができ、友達とって話をするのが楽しい！」とのことでした。

また、利用者の中には、「好きな書道が続けるためには健康でなければならないので、運動も兼ねて、毎回片道40分かけて通っている」という方もいらっしゃいました。



日々の生活に「彩り」が

市の広報誌をきっかけに老壮大学のことを知り、2年ほど前から教室に通われている方にお話を伺いました。

「今まで色々なサロンに通ってきたけど、老壮大学がいちばん！講師や生徒の皆さん、優しい方々ばかりで書道未経験者の私に色々教えてください、感謝の気持ちでいっぱいです。」とのこと、今では書道が生きがいとなっており、毎日が充実しているとのことでした。



「元気に楽しく」を大切に

講師の方にもお話を伺いました。

「この教室は『元気に楽しく』を大切にしています。予定の時間より早く終わっても良いし、体調が優れない日は、みんなの顔だけ見に来たという生徒さんもいます。でも、みんなの顔を見たら元気になって、そのまま一緒にランチに行かれたりしています。」とのこと、同じ趣味を持つ仲間が集まるコミュニティの役割も担っていると感じました。



今後の課題と展望

今回、小樽市の担当や利用者の方々にお話を伺うことで、小樽市老壮大学での活動が日々の「生きがい」や「楽しみ」に繋がっていることがわかりました。

一方で、講師の高齢化に伴う人材確保という課題を抱えており、新たな講師の確保に向けたアンテナやネットワークづくりが重要とお話がありました。

今後も、利用者みなさまが学習の場において、新たな生きがいの創出や高齢者の日常生活の充実、心身の健康につながるような活動を目指していきたいとのことでした。