



共に日々を紡ぐ喜び。
手を動かし、

(右) 岡村 薫さん 千寿会

10年前に近所の友人に誘われ千寿会に入った岡村さん。週に一度、折り紙、手芸、書道、囲碁、絵手紙などの教室に参加している。

都内でお寿司屋さんを営むご両親の手伝いをしていた岡村さんは、30年前、生まれ故郷である横浜に移り住んだ。今では千寿会が楽しいご近所づきあいになっている。

「ここへ来たら好きなものがつくれるし、先生にも教えてもらえるでしょ。そして色々な方とお話できるから生活に張りが出ます。」

庭師や大工としてご主人と一緒に働いていたこともある岡村さん。今住んでいる自宅も、ご主人と一緒に建てたというから驚きだ。毎月季節のモチーフをつくる折り紙教室は、「とにかく手を動かして新しいものをつくるのが大好き!」と語る岡村さんにはもってこい。折り紙のほかにも、今年は手芸でクリスマスリースをつくると決めている。「やり始めると、つい凝ってしまいますね。」

岡村さんは、新しい制作の場で職人魂を静かに燃やし続けている。



黙々と制作に励む会のみなさん。



丁寧につくられた色とりどりの作品が並ぶ。

「まだ老人クラブに入る年齢じゃない」なんて思って活動しないのはもったいない。

スポーツやボランティア、趣味の活動など、

年齢に関わらず誰もが輝ける居場所がきっと見つかります。

地域の仲間たちと一緒に、楽しく充実した毎日を過ごしてみませんか。

老人クラブではこんな活動をしています

仲間との絆
友愛活動

楽しく元気に
健康づくり活動

地域を豊かに
奉仕活動

加入相談・問い合わせ先

中区老人クラブ連合会事務局

月曜日～金曜日(祝日除く) 9時15分～16時00分

所在地: 横浜市中区山下町2 産業貿易センタービル4階

電話及びファックス: 045-681-8480

E-mail: naka-kurouren@wish.ocn.ne.jp

web: 検索

発行元
横浜市 中区役所 高齢・障害支援課
電話: 045-224-8161 ファックス: 045-224-8159



Yokohama

NEW LIFESTYLE

中区でおくる、新しく豊かな毎日





「人のために何ができるか、
を大切にしたい。」

齊藤 章さん きらく会 会長

55歳で町内会の役員になったことをきっかけに、きらく会に賛助会員として関わり始めた齊藤さん。現在はきらく会の会長に加え、中区老人クラブ連合会の健康づくり委員長も務めている。

本来はインドア派で一人で過ごすのが好きだという齊藤さんが、人と関わる重要な役割を引き受けるのは、齊藤さんが考える「自分の役目」があるからなのだそう。「60代からは、“人のために何ができるか”を大切にしたい。そうすると、80代からは安心して、感謝して、遠慮なく、人のお世話になれるのではないかと思う。」

そう語る齊藤さんは、区老連の活動として月に1回ノルディックウォーキングを主催。そのほか、グラウンドゴルフやペタンクにも取り組んでいる。

会のメンバーに率先して声を掛け、先導し、遅れている人のフォローも忘れない。肅々と自分の役目を全うしながらも、どこか楽しげでチャーミングな齊藤さん。その背中を見て、参加者のみなさんは今日も横浜の海景を感じながら楽しそうに歩いていた。

海風が気持ちいいコースを歩く。



準備運動は山下公園の芝生の上で。



「つくってみたい気持ち、
を叶える。」

小杉 秀雄さん 本郷町末広会

中区本郷町でステンドグラス・スタジオ「秀芳」を営む小杉さん。「ステンドグラスをつくってみたい!」という人が少しでも気軽に始められるようにと、本郷町末広会の仲間たちにも月に2回つくり方を教えている。

ステンドグラスとの出会いは40代の頃。阪神淡路大震災の救援活動から戻った後、仕事とは別に何か新しいことを始めたいと考えていたときだった。「元町の家具屋さんでステンドグラスがふと目に留まり、きれいだなあ、自分でもつくってみたいなあ、と思ったんです。」

知り合いからつくり方を学び、50代で人に教える道へ進んだ小杉さん。色とりどりのガラスで精巧につくられた小杉さんの作品を見て、やる気と不安が混ざり合う参加者の皆さんに、「こうしてゆっくりやったら大丈夫。工夫をしながら、楽しくね」と声かけ。話しやすい雰囲気づくりにもこだわっている。

小杉さんはステンドグラスづくりを通して、ものづくりとの新たな出会いを楽しむ姿勢を伝えていた。



つくり方を丁寧にレクチャー。



道具箱には長年の愛用品がたくさん。



「自分ができると
ちよつとで支え合う」

加納 深山さん タやけ元気かい

民生委員を12年続けてきた加納さん。東日本大震災の後、地域の見守りの目を増やし助け合う場が必要と思い、同じ地区の知り合いに声をかけ、老人クラブ「タやけ元気かい」を結成。その後、生活の中の“ちよつとしたこと”をお手伝いするボランティア団体「ほっと石打」も立ち上げた。

加納さんは、タやけ元気かいの園芸教室を担当。会社勤めをしていた頃から40年続けているガーデニングなら、何か人のためになるのではと始めた。加納さん宅のお庭には、四季折々の植物が育っている。それをみんなで素敵な器に入れ替えアレンジして、バザーなどで販売する。

タやけ元気かいは、手芸、健康講座、お餅つきなど、地域に住む方の様々な知恵を共有し合う場所。この会を楽しみにしている人がたくさんいる。

「まずは、自分が楽しむこと。そして少しでも皆さんに“植物っていいな”と思ってもらえたら。」自分ができると“ちよつと”で支え合うあたたかい人の輪を、加納さんは地域に広げていく。



吊るして楽しめるアイテムにアレンジ。



和気藹々と楽しくつくっていく。