

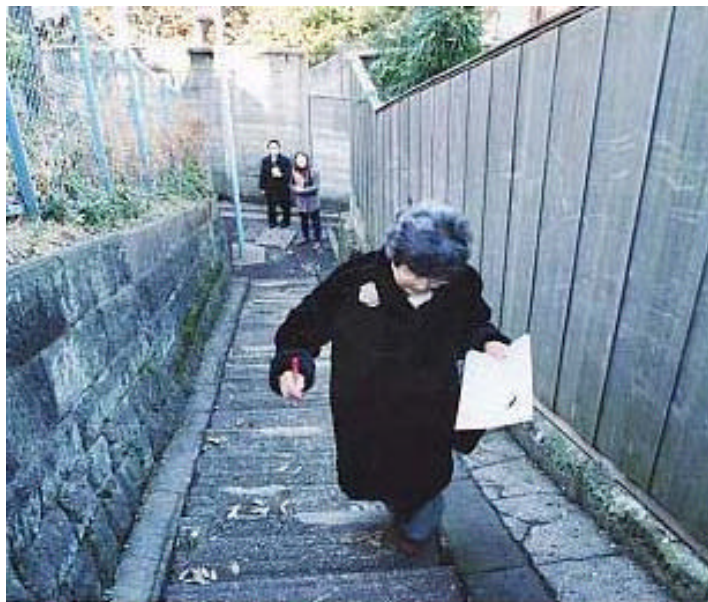
散歩、地域の魅力発見を柱にした生きがいづくりの機会・場の創造モデル

～お年寄りから学んだ技を、ヒトとともに地域に発信～

モデル開発のねらいと概要、成果

モデル開発ねらい

- ・このモデルでは、散歩やウォーキングなど自分自身の健康づくりの活動や趣味が活かされることで、お年寄りが生きがいを獲得する機会や場を創造することをねらいとした。
- ・また、その過程で、お年寄り自身が、生きがいづくりの機会・場の運営の主人公としても活躍することを目指した。



モデル開発の概要

- ・日常的に散歩を楽しんでいた、タウンウォッチングに興味を持つ地域の有志グループが、共に散歩やタウンウォッチングを楽しむ機会を定期的開催（計5回の集い）。
- ・その中で、地域の公共施設等にポスターやチラシを掲示・配布するなどして、有志グループだけでなく、集いに地域の中高年層が自由に参加できるようにした。
- ・集いの中では、参加してくれたお年寄りから地域の今昔、町並みに関する話しなどを聞きいたり、散歩の魅力を彩るポイント（風景、建物等）を発見し写真を撮影してもらったりしながら、役割感覚を通じた主人公としての関わりを促し、強化していった。
- ・また、集いで歩いたコースの参考に、地域内外のお年寄りに楽しんでもらえそうな散歩コースを想定し、そのマップを、お年寄りからアドバイスを受けながら作製した。

モデル開発の成果

- ・次のような機会を通して、散歩を楽しむ機会（集い）に参加したお年寄りが、散歩の楽しさ（健康づくりの楽しさ）を実感するだけでなく、生きがいを獲得していた。
 - ・自分の趣味が広がる（タウンウォッチングや写真撮影）こと
 - ・生活の記憶や経験を活かし地域の今昔を伝えたり、知識を活かしてマチの文物のいわれなどを伝えること
 - ・自分たちが楽しんだ散歩コースが、マップとして紹介されること
- ・より大きな生きがいが獲得され始めた。
 - ・散歩を楽しむ機会を開放する際の案内のポスターやチラシを自主的に作製してきてくれるようになった。

・期待されるお年寄りの変化（生きがいの獲得・主体性の発揮）

自らの声が尊重され、活かされることで、積極的な提案をするようになること。

ステップ2：楽しさの輪の拡大

・このステップの内容

このステップでは、上記ステップ1で確立された楽しみ方で集いを重ねながら、地域の歴史や自然、風土、食文化などの魅力の再発見等を中心とした活動の充実をはかっていく。その一方で、無理のない形での集いの開放の仕方を確立し、楽しさを共有する仲間を増やしていく。

・お年寄りの生きがい獲得、主体性発揮を促す仕掛け

例えば、有志グループや集いに参加した地域の人々に教えることの喜び、楽しさがお年寄りの生きがいの獲得や主体性の発揮を後押しする。このように、集いを開放すること自体が、お年寄りの生きがい獲得、主体性発揮を促す仕掛けとなる。そのためには、例えば、日常的に散歩を楽しんでいるお年寄りのお薦めコースや、郷土の歴史や自然、食文化などに興味を持っているお年寄りのお薦めのポイントを積極的に集いの中に組み込むことが有効となる。

・期待されるお年寄りの変化（生きがいの獲得・主体性の発揮）

自らの知識や経験が活かされる（喜ばれる）ことを通しての生きがいの獲得。事前に、郷土の歴史や自然などを味わえるポイントを探すための散歩（タウンウォッチング）を行ったり、ポイントの知識を学習し、その成果を集いで積極的に発揮し主役となっていくなど、主体性を発揮。

ステップ3：成果の発信・還元

・このステップの内容

このステップでは、上記ステップ2と同様の楽しみ方で集いを重ねながら、楽しんだ成果を積み上げる（記録する）ことにも取り組む（写真、地図、スケッチ等の活用）。これらを使い、集いで歩いた散歩コースや発見した地域の魅力のポイントを参考にしながら、どのように楽しんだ成果を発信・還元するかを決める。そして、多くの方が地域の魅力を再発見しながら散歩を楽しみたいと思うような散歩コースを設定し、そのコースの魅力を満載した散歩マップなどの媒体を作製する。さらに、そのマップを地域に発信、還元する（公共施設、団体等への寄贈、地域の商店への寄贈・そこでの配布、インターネットホームページの活用等）。

・お年寄りの生きがい獲得、主体性発揮を促す仕掛け

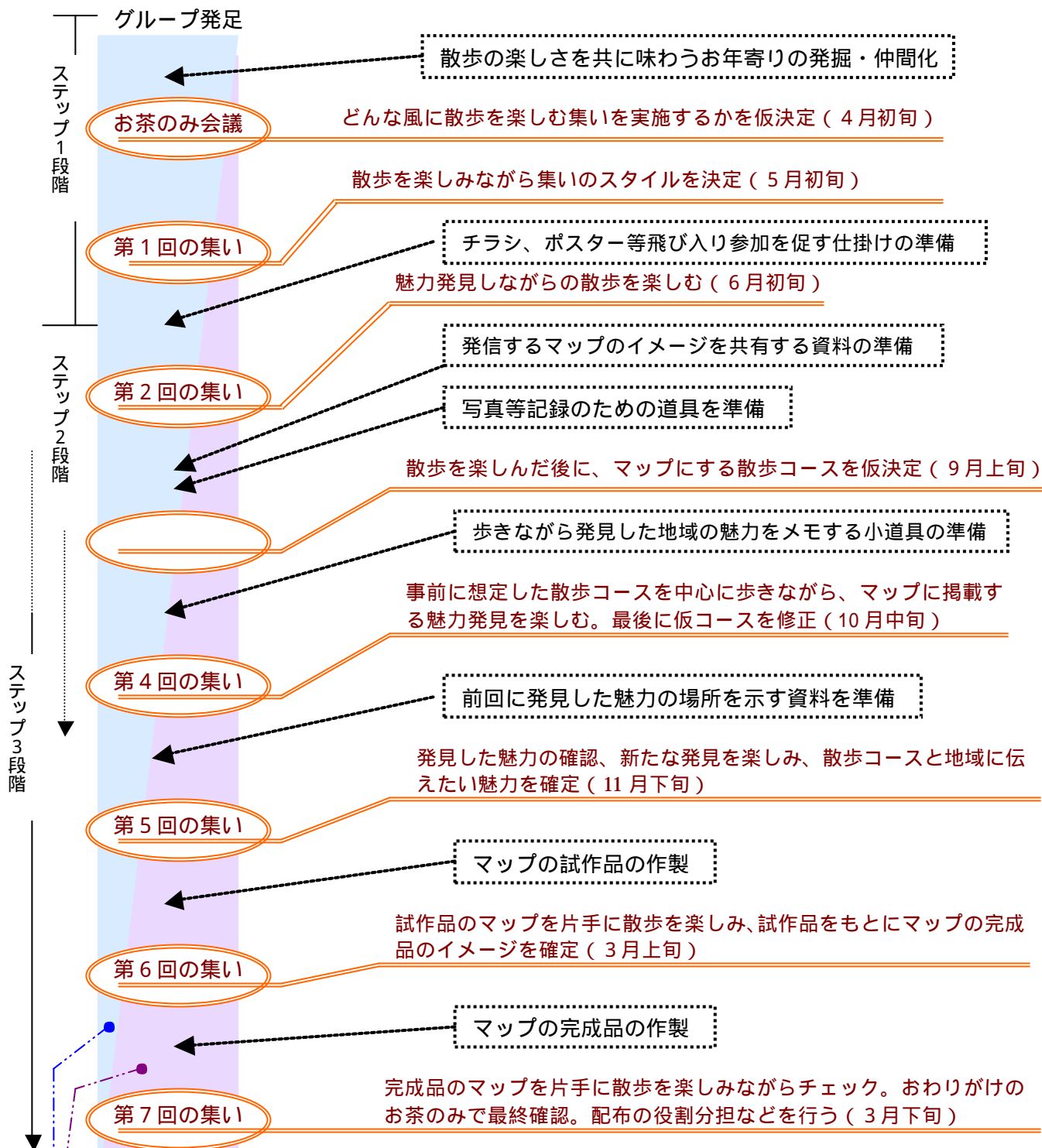
自らの知識や経験や楽しんできたことの成果が、地域に発信、還元されること自体、より大きな生きがいにつながる。また、そのことがより主体的な参加へとお年寄りを後押しする。このように散歩コースの設定やそのマップの作製そのものが、お年寄りの生きがい獲得、主体性発揮を促す仕掛けとなる。そのためにも、完成をあせらず、関わったお年寄りの意見を十分に反映させてマップ等の作製に取り組むことが求められる。また、作製したマップが活用されることで、より大きな生きがいや主体的な姿勢が生じてくるため、公共施設に限らず、商店など人々の集まる場所に置かしてもらうなど、活用を促進する取り組みが有効となる。

・期待されるお年寄りの変化（生きがいの獲得・主体性の発揮）

自らの知識や経験が楽しんだ成果が、集いを越えて、地域に発信されることでより大きな生きがいを獲得。そのことが前提となり、積極的なアドバイスを行うだけではない、集いの運営やマップ作製、配布等の担い手としての主体性の獲得も期待される。

「散歩の楽しさを柱にした生きがいがづくりの機会・場の創造」モデル

1年間の標準的な展開イメージ



次春以降の展開

例えば、新たな散歩コースとマップづくり、設定した散歩コースの季節等テーマをかえたりリニューアル、楽しむ仲間の輪の広がり・・・等々

集いを重ねるごとに高まるお年寄りの主体性

集いを重ねるごとに小さくなる初発の有志グループの役割