

北九州

2/1
2016
平成28年 No.1259



市政だより

各種申請手続き、市政について
北九州市コールセンター

☎671-8181 年中無休
8時～21時

夜間・休日の病気やけがについて
テレフォンセンター

☎522-9999

家庭の粗大ごみの収集申し込みについて
粗大ごみ受付センター

☎592-5300

http://www.sodai-kitakyushu.net/
ホームページからも申し込み可

日常生活の安全・安心について
安全・安心総合相談ダイヤル

☎582-2428

月～金曜日(祝・休日は除く)の9時～16時

編集・発行 北九州市広報室広報課 〒803-8501 北九州市小倉北区城内1-1 ☎(093)582-2236 FAX(093)582-2243

北九州市ホームページ <http://www.city.kitakyushu.lg.jp/>

- 主な内容
- 特集2「申告はお早めに～市県民税・所得税」……………2
 - トピックス「30年連続出火原因1位 放火火災を防ごう」など……………3/4
 - 「市政テレビ」「広域連携コーナー」……………4
 - 好きっちゃ!北九州「1月1日号クイズ当選者」など……………5
- ※最終ページは若松区の情報

【人口】95万8215人

世帯数 43万10世帯

※上記は平成27年9月1日現在の数値です。国勢調査の集計結果が判明しだい最新の情報を掲載します。

心も体も元気に！ 始めてみませんか、生きがいづくり活動

特集 アクティブシニア

平成27年3月末現在、本市の高齢化率は28.2%と、全国平均の26.4%同年4月1日現在を上回る速さで高齢化が進んでいます。また、一人暮らしや高齢者だけの世帯が増加する中で、社会とのつながりを持たず孤立した状態の高齢者が増える傾向があります。高齢者が社会的孤立から脱却し健康で生き生きと暮らすためには、社会参加を通して地域社会とのつながりを持つことが大切です。今回は、やりがいを持って社会活動に参加しているアクティブシニア(健康で、趣味やさまざまな活動に意欲的なおおむね50歳以上の人)を紹介し、

地域のつながりを大切にしたい

八幡西区陣原地区老人クラブ連合会
会長 大坪紀之さん(75歳)



私は、61歳の時に県外から陣原へ引っ越して来ましたが、趣味の囲碁をきっかけに老人クラブに入り、3年目から役員の方の手伝いをするようになって、現在に至ります。役員の仕事は苦勞もありますが、実年齢よりずっと若々しい先輩や同僚、そして次代を担う若手役員の皆さんに支えていただいています。

いくつになっても夢を実現させる

小規模共生型デイサービス施設長
稲留節子さん(71歳)



私は、看護・介護関係の職に40数年間勤め、68歳で退職しました。退職後すぐに、まだやり残していることがあると思うようになり、市が開催している生涯現役夢追塾に応募しました。夢追塾では、自分の夢や志を探し実現することを学びますが、私の場合、これまでの経験を生かしてデイサービスを開業することを思い立ち、

毎月開催する昼食交流会には、会員の他、近隣の介護施設などからも参加があり、100人以上が集まる大変にぎやかな会になっています。当日は生きがいづくりに関する講演や近くの高校の吹奏楽部を招いての音楽会、会員による演奏などの催しの後、手作りの昼食を振る舞っています。

最近では調理や配膳、会場設営などで役員以外の人が応援する姿が多く見られるようになり、全員参加で取り組んでいます。



老人クラブ 親睦旅行

む気運が高まっています。介護施設の参加者から「参加して寿命が延びた」と言ってもらえることもあり、とても励みになります。

今後は、高齢化が進む陣原地区の将来を私たち自身で考え、若い人たちを巻き込んでいくことで、地域を一つにしていきたいと考えています。

2年前に自宅を改装し、小規模共生型デイサービスを始めましたが、半年ほどは利用者が少なく苦勞しました。そこで、私が地域活動へ積極的に参加し、地域と関わりを持つことで施設の存在を知ってもらうようにしたところ、徐々に利用者が増えました。

現在、利用者の約8割が認知症の人です。私たちの施設が居場所となるよう利用者の皆さんには出来るだけ自由



認知症カフェ

また、月1回認知症カフェも開催して、利用者やご家族が毎回30人ほど参加しています。楽しくおしゃべりしてもらって、少しでもむきこもりの防止につながればと思います。

将来は、介護や障害の程度に関わらず、赤ちゃんからお年寄りまで、一つの屋根の下で過ごす富山型と呼ばれるデイサービスをしたいと考えています。夢は必ず実現させるのが信条なので、「なせば成る」の精神で頑張ります。

高齢者が活躍する社会を目指して

本市では、高齢者の皆さんが生涯を通じ健康で、生き生きと暮らせる社会を目指しています。多くの高齢者が、その技術や経験、能力や人脈などを生かした社会参加や社会貢献の意欲を持っています。その意欲を無駄にしないよう高齢者が地域社会の中で活躍できる環境づくりを進めることは高齢者自身の生きがいや健康につながるだけでなく、まちに新たな活力をもたらすことにもなります。

市の施策の紹介

毎日をエンジョイ！
生きがいづくりを応援します

健康で生き生きと暮らすためには、趣味の活動や地域社会とのつながりなど、生きがいを持つことが重要です。生涯現役に輝けるような生き方を探してみませんか。

老人クラブ活動

社会奉仕活動(公園の清掃や児童の見守り等)や健康づくり活動(グラウンドゴルフ等のスポーツ)などを通じて地域の仲間づくりを行います。詳細は北九州市老人クラブ連合会 ☎871-2610へ。

生涯現役夢追塾

これまで培ってきた経験やネットワークを使って、地域課題の解決に取り組む「新しい地域の担い手」となるための実践的な講座を行います。詳細は生涯現役夢追塾 ☎662-3100へ。

全国健康福祉祭(ねんりんピック)

高齢者のスポーツ・文化の祭典「ねんりんピック」に、本市の代表選手を派遣しています。今年は10月に長崎県で開催されます。詳細は保健福祉局高齢者支援課 ☎582-2407へ。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。