



漁業の町、雄勝で生まれ育ち、夫と穏やかな生活を送っていた村上貞子さん(写真右)は、東日本大震災で自宅が被災し、豊里町下町地区へ移り住みました。現在は、息子夫婦と孫の4人暮らし。海での暮らしを懐かしく思いながらも「安心して生活できることが幸せ」と話します。

移住後に親しくなった佐々木まし子さん

(写真左)が、「村上さんはね、ミニデイサービスでカラオケを歌ったり、手作りの小物を配ったり、とっても元気で優しいの」と言うと、二人の顔はほころびました。

「人と関わりながら、好きなことをして、おいしい食事をして、毎日楽しく笑って過ごしています。あたりまえのことが、私の元気の秘訣」と村上さんは明るく笑います。

市は、人と人、人と社会がつながり、生きがいや役割を持ち、助け合いながら暮らしていくことのできる「地域共生社会」の実現に向けて取り組んでいます。

この先、自分が望む暮らしをイメージしてみましよう。健康づくりや社会参加の活動がしたいとき、また、環境の変化などで希望通りに物事が進まなくなったとき、相談や支援の窓口が身近にあることを知り、今日からできることを始めてみませんか。



町内会主催の敬老会で歌声を披露。参加者の皆さんは、地区最高齢の村上さんの伸びやかな声に聴き入っていました。

## 生き生きと、豊かに暮らす

仕事や趣味、ボランティア活動など、生きがいを持ち、元気に活躍している皆さんを紹介します。

### シルバー人材センター会員

#### 働く喜びを実感しています

伊藤さんは、定年退職を機にシルバー人材センターに入会しました。長年勤めたバス会社のキャリアを生かして、介護事業所などの送迎バス運転業務に従事した後、現在は除草作業や農作業を請け負い、元気に働いています。

「工作中、近隣の人から感謝の声をかけられると涙が出るほどうれしい。また、仲間から機械の取り扱いや技術的なことなど多くのことを教わり学んでいます。仕事を通

して得られることは、お金に代えられない価値があります。そして、何より楽しい」と語る伊藤さん。

趣味は、マラソンと筋トレ。妻と共に続けている舞踊で介護施設に慰問するなど、ボランティア活動にも参加しているとのこと。「健康な状態が保てるのは、仕事や趣味のおかげ」と話す笑顔は、今日も輝いています。

【問い合わせ】登米市シルバー人材センター ☎ 0220(22)8526



伊藤 悦男 さん(78)  
迫町倉崎

### ミニデイサービスボランティア

#### 地域に交流と生きがいを

的場地区ミニデイサービスで、ボランティア代表を務める山崎さん。月に1回、地区の高齢者が集まって、レクリエーションや体操など、さまざまな活動を通して楽しく過ごしています。

「みんなで歌ったり、冗談を言って笑ったり、毎回ミニデイを楽しみにしてくれている参加者の楽しそうな顔を見ると、私も元気をもらえます」。以前、地元で行政職員として働いていた山崎さんは、お

世話になった地域に恩返しをしたいと、18年以上ボランティア活動を続けています。「高齢化が進んでいるので、これからは後継者育成にも力を注いでいきたい」と話す山崎さんに、参加者から「ずっと(ボランティアを)続けてけろっちゃ」の声が。「100歳まで頑張らなくてないかな」。会場には、にぎやかな笑い声が響いていました。

【問い合わせ】登米市社会福祉協議会 ☎ 0220(21)6310



山崎 ふち子 さん(82)  
米山町的場