

## いなむら市長の「い～なこの街 尼崎」 9月

テーマ：「敬老月間」について

### DJ(林)

さて、9月は敬老月間ということで、今回は敬老月間にちなんだお話をお聞きしたいと思います。

### 市長

はい。まずはじめに、長い年月にわたって社会に貢献されてきた高齢者の皆様に、心からの感謝とご長寿のお祝いを申し上げます。

尼崎市には、65歳以上の方が10万人以上住んでいらっしゃる、そんな皆様のご活躍のおかげで、現在の尼崎市があります。

また市内には、今なお現役で活躍されている高齢者の方も大勢いらっしゃいます。皆様には、これからもずっとお元気で、より一層のご活躍を願っています。

### DJ(林)

確かに、元気に活動されている高齢者の方って、大勢いらっしゃいますよね。敬老月間にちなんで、何かイベントのようなものはなさるのでしょうか？

### 市長

はい。まず、9月5日の月曜日に、昭和通2丁目にあるアルカイクホール・オクトで、結婚50年を迎えたご夫婦を対象に金婚祝福式を行います。私も出席して、お祝いの言葉を贈らせていただきました。

今年は133組の方にご出席いただき、その中でも最高齢のご夫婦に、直接、祝福状を贈らせていただきました。

また、会場では、「祝 金婚」と書かれたボードと金屏風の前で、ご夫婦のツーショット写真を撮影するブースを設置しまして、参加者の皆さんに記念撮影をしていただきました。

この写真は、後日市役所にお越しいただいて、担当の高齢介護課から直接お渡しさせていただきます。

「金婚祝福式」では、アトラクションを楽しんでいただく「サンライズ・ジャズ・オーケストラ」によるジャズコンサートも行われました。

この「サンライズ・ジャズ・オーケストラ」は、60歳以上の方のみで結成されたジャズバンドで、メンバーの大半の方は、昔ダンスホールなどでプロとして活躍されてきた方達なんです。

### DJ(林)

そうなんですか。写真を撮ったりジャズを聴いたり、どれも良い記念になりますよね。皆さん喜ばれていたことでしょうね。

結婚50年ということは、1961年、昭和36年にご結婚なさった方達ですよ。半世紀にわたって一緒に寄り添うなんて、とても素晴らしいことだと思います。

### 市長

うらやましいと思いました。

DJ(林)

そして「金婚祝福式」のほかには、何かありますか？

市長

はい。9月7日の水曜日には、市内にご住所がある最高齢の男女の方と、今年度に100歳を迎える方を訪問させていただきました。

最高齢の方は、なんと男性でいらっしゃいます。108歳。女性が107歳でした。

今年度中に100歳を迎える高齢者の方は65人。今回はお1人の方としかお会いできなかったのですが、その方は、とってもお元気な方でした。

海外旅行が趣味ということで、これまでに30カ国以上旅行されたそうです。いろいろなお話を伺う中で何より驚いたのが、これまで、病院にほとんどかかったことがない、ということでした。

DJ(林)

それはすごいですね。

市長

本当に、これからもぜひ、健康で過ごしていただきたいと思います。

DJ(林)

やはり、何か趣味などの生きがいがあると、毎日をいきいきと過ごすことができるんですね。

さて、次に、そんな趣味や生きがいを見つけるのに役立つ施設をご紹介いただきたいと思います。

市長

はい、分かりました。それでは、老人福祉センターについて紹介させていただきます。

老人福祉センターは、東難波町4丁目にある「総合老人福祉センター」をはじめ、鶴の巣園、千代木園、福喜園、ワークセンター和楽園という5つがありまして、これらの施設では、地域の高齢者の皆さんからのいろいろな相談に応じたり、健康増進や教養の向上などに役立つ教室を開いたりしています。

先ほどお話しさせていただきました金婚祝福式の時にジャズコンサートをしてくださった「サンライズ・ジャズ・オーケストラ」の皆さんも、総合老人福祉センターで開講された音楽講座がきっかけで結成され、現在も毎週土曜日に、定期的に練習されているんです。

また、尼崎市では、65歳以上の方が健康を維持するための運動としてウォーキングを継続できるように「いきいき100万歩運動」を実施しています。筋肉を貯める通帳「貯筋通帳」。この貯筋の筋は、お金じゃなくて筋肉の筋です。

この貯筋通帳に歩いた歩数を記録していただき、100万歩、200万歩、500万歩、1000万歩を達成された方に、記念品をお贈りしています。

また、各老人福祉センターでは、この100万歩運動を推奨するため、これからウォーキングを始める方を対象とした、「シニア・ウォーキング入門」や、日ごろのウォーキングの成果を確かめていただく「シニア体力測定」などの教室も開いています。

**DJ(林)**

健康に役立つ教室が開かれる、大変素敵な施設ですね。ぜひ、いろいろな教室に参加して、自分にあった趣味や生きがいを見つけてほしいと思いますね。

それでは、今度は逆に、高齢者の方やその家族の方などが困ったときに相談できるような施設はありますか？

**市長**

はい、先ほど申しあげました老人福祉センターでもいろいろなお悩みをお聞きしていますが、地域に暮らす高齢者のための相談窓口としてぜひご利用いただきたいのが、地域包括支援センターです。

地域包括支援センターは、市内6地区に2カ所ずつ、合計で12カ所設置していて、ここでは、保健師、社会福祉士、主任ケアマネージャーといった専門家に悩みを相談することができます。

例えば、介護に関することや、虐待に関することなどをお聞きして、解決へのお手伝いをしています。

地域包括支援センターに直接お越しいただけない方でも、電話で相談に応じさせていただきますし、場合によっては、ご自宅への訪問もさせていただきます。

高齢者の方に限らず、そのご家族の方やご近所の方の相談もお受けしていますので、どうぞ皆さん、お気軽にご相談ください。

**DJ(林)**

保健師や社会福祉士、主任ケアマネージャーといった専門家に悩みを聞いていただけるのは、本当に心強いですよね。

何か悩みを抱えている方はぜひ一度、相談してみてください。

**市長**

高齢者の方には、ぜひ、老人福祉センターや地域包括支援センターなどの施設を活用していただき、これからも毎日を健康に、そして楽しくいきいきと過ごしていただきたいと思います。

**DJ(林)**

稲村市長、本日はありがとうございました。

**市長**

ありがとうございました。