

# シリーズ まちづくり

最終回

# 最前線

今、身近な暮らしの中で着実に広がっているのが、市民の皆さんによるまちづくり活動。その活動の様子や、そこに集う皆さんの思いを紹介します。

## 【今月のまちづくり活動団体】 シーズネット

50代以上の方の豊かな暮らしをサポートするNPO法人。会員のサークル活動の支援や、自由に交流できるサロンの開設などを行っている。

- 会員数/830人
- 開設年月/2001年7月
- ☎717-6001
- ホームページ  
[www.seedsnet.gr.jp](http://www.seedsnet.gr.jp)

代表の  
いわみ たいち  
岩見 太市さん  
が紹介します

高齢者の仲間づくり、  
役割づくりをお手伝い!



豊平区平岸にある交流サロン「このはな」では、布草履作りなど、さまざまな交流が行われています

## 豊かな第二の人生をサポート

仕事や子育てが終わった後の人生、あなたならどう過ごしたいですか。「できることなら、仲間と一緒に楽しく過ごしたい」。そんなふうに考える人は少なくないと思います。

現在、核家族化の影響もあり、長年務めてきた役割が終わると、社会や家族とのつながりが薄くなり、体は元気でも心は寂しいと感じている高齢者が増えています。

わたしたちは、こうした方が、多くの仲間と一緒に、自らの役割と存在感を感じながら、好きなことを楽しむ生き方をサポートしたいと考えています。

## 会員が主体となって仲間と楽しむ

「仲間づくり」の一環として、ダンス、歌謡、短歌、マージャンなど、趣味を中心としたさまざまなサークル活動を行っています。これらのサークルは、活動を始めたい会員が会報で呼び掛け、興味を持った会員がそれに参加するというスタイル。事務局はあくまでも調整役という役割です。

わたしたちの団体は、高齢者の「自立」を目指しており、あくまでも会員の主体的な意思によって活動が動いていくのが特徴です。サークルの出入りは自由で、拘束されることもありません。誰でも気軽に仲間づくりに参加できます。

## 交流する場と仲間が 命を救った

さらに、高齢者の「居場所づくり」として、気軽に立ち寄り、自由に交流できる「地域交流サロン」を、市内3カ所に設置しています。

サロンではこんなエピソードがあります。ある一人暮らしの女性の会員が、いつものように交流サロンに来ましたが、表情が暗く、明らかに体調に異変が起きている様子でした。少し休めば良くなると思って帰ろうとする本人を、ほかの会員が必死に留めて、病院に連れて行ったところ、心筋梗塞の診断を受け即入院。手術をして元気になりました。

もしサロンがなければ、この方は誰にもみとられることなく、孤立死していたかもしれません。サロンという居場所、会員同士の人間関係が、一人の命を救ったのです。

## 高齢者のニーズに幅広く応えたい

ほかにも、住まいの紹介や、電話による安否確認など、高齢者のニーズに会員が応える仕組みをつくっており、活動拠点は道外にまで広がりました。今後は、行政や企業と協力しながら、市民も巻き込んで、高齢者を支えていく取り組みをさらに広げていきたいと思っています。

## 仲間が増えて、 元気をもらえる

団体の事務を手伝っている会員  
すずき  
鈴木 まりさん

会報の発送などを行っています。仕事という感じではなく、会話しながら楽しんでいますよ。今月からは筆のサークルにも入ろうと思っています。ここでは、元気な高齢の方との出会いと刺激があり、家にいるよりずっと楽しく、世界が広がりますよ。

## 寄付で まちづくりに 参加を!

「市民まちづくり活動促進条例」の施行に伴い、市では、皆さんのまちづくり活動を応援する基金「さぼりとほっと基金」を設置しています。忙しくて活動に参加できない方も、「寄付」でまちづくりに参加しませんか。環境・福祉などの活動分野や、登録団体を指定して寄付することができます。

詳細 市民活動促進担当 ☎211-2964 ホームページ [www.city.sapporo.jp/shimin/support](http://www.city.sapporo.jp/shimin/support)  
100万円以上の高額寄付者(平成21年1月~3月):札幌丘珠空港ビル(株)