

高齢者の元気

中津市長 奥塚 正典

「人生 100 年時代」と言われ始めました。日本人の平均寿命も 84 歳、一律に 65 歳以上を高齢者とする考え方を考えていけば人生設計も変わってくるのではないのでしょうか。

現に 65 歳以上でも人生の真っ盛りと言えるほど元気いっぱい活躍されている人もいます。シニアの大会も数多く開催され、野球、サッカーをはじめ多様なスポーツを多くの皆さんが楽しんでます。今年は 50 歳以上の中津のサッカーチームが日本一という快挙です。生涯学習でも俳句、短歌、川柳、書道、絵画、合唱、カラオケ、民謡、詩吟、茶道、生花、琴、三味線、手芸、ダンス、ヨガ、太極拳、囲碁、将棋、手品、郷土史、外国語、料理など盛んですし、児童の安全見守り、交通指導などボランティア活動でも高齢者に大変お世話になっています。

体力こそ若者にかなわなくても、知識や経験による手際の高さや実社会で人づきあいよく生き抜く術は年季の賜物です。特に先輩から引き継ぎ磨きをかけた職業上、生活上の技はいろんところで力を発揮します。

まして人手不足と言われる昨今、高齢者が身に着けた知恵や技術の伝承はさらに重要となり、働ける間は働くことが自身の健康と社会の発展につながります。人口減少社会の今こそ、高齢者の健康保持と社会での活躍が期待されます。

年齢を問わず気持ちで老けることなく、これからの人生を明るく力強く生き抜いていただきたいものです。行政は、福祉・医療の充実を図るとともに、皆さんにできる限り社会参加をしていただき、元気で自分の身の回りのことを自分でできる「健康寿命」を延ばす取り組みを一層進めます。

「一身にして二生にしょうを経るが如く」とは福澤諭吉先生の言葉です。健康を保ち、いろいろな生き方をそれぞれのライフステージで元気に展開していただきたい。これも高齢化社会への挑戦ではないのでしょうか。



いきいきなかつレクスボ祭