

いき活かわら版

北九州市「いきがい活動ステーション」(いきステ)の月刊情報紙

第57号

2022年12月20日

発行
いきがい活動ステーション



▲創作に夢中になる「リフレッシュアート」

いきがい活動ステーション(略称:いきステ)は、皆さんの生きがいづくりにも少しもお役に立ちたいと、いろいろな活動を続けています。その中の一つが、昨年から取り組んでいるサロン形式の少人数講座「おしゃべりサロン」です。音楽や健康、美術や小物づくりなどのいろいろなテーマの講座ですが、いずれも「教えてあげる」「教えてもらう」といった一方通行の関係ではなく、教える人も教えられる人も同じ趣味や興味を交流の絆として、お互いの生きがいを高めていこうというのが特徴です。参加者からは「楽しい」「友達の輪が広がった」とうれしい感想が寄せられています。いきステの目標である「想いが集い、広まる場」に近づいています。

想いが集い広まる場 いきステの「おしゃべりサロン」



▲「終活サロン」では質問も意見も活発に飛び交う

■「若返った気がする」

「おしゃべりサロン」は、魚町ステーション(小倉北区魚町3丁目3の20)と穴生サテライト(八幡西区鉄竜1丁目5の1)の両ステーションで実施しています。主な講座名は、「いきいきわくわく終活サロン」「薬膳カフェ」「音楽の部屋」「スマホで楽しむサロン」「健康サロン」「音楽体操」「俳句教室」「ウクレレ教室」「リ

フレッシュアート」などです。

いずれも受講生は多くても10人、平均的には5〜6人程度です。「おしゃべりサロン」の一番の目的は、同じ目的が集まった人たちが、気楽におしゃべりすることで交流を広め、自分を高めることです。参加者の皆さんからのアンケート結果では、「皆さんとおしゃべりが楽しい」「コロナでなかなかおしゃべりする機会がなかったからうれしい」「若返った気がする」などの感想が寄せられています。

「おしゃべりサロン」を始めた私たちの狙いが少しは達成されているのではないかとほっとしています。新型コロナウイルスの心配は依然として続いています。感染防止には十分に配慮しながら、今後もこの活動を続けていこうと思います。

■自由な雰囲気楽しい語らい

「おしゃべりサロン」の最大の特徴は、講師からの一方的な「教え」ではなく、「受講生」と一緒に学んでそれぞれのテーマについて学習します。そして、講座の終わりには一緒にお茶を飲みながらのおしゃべり会が締めくくられます。

このやり方は、いきステのスタッフで「いきがい活動ステーションらしい講座とはどんな形だろう」と話し合ったとき、「学ぶことも重要だけど、学ぶために足を運ぶこと、そしてそこで出会った人と知り合いになること、それらの人から刺激を受

けること、のほうが大変ではないか」との論議から生まれました。同じ目的で集まったという「仲間意識」が背景にあるので、単なるおしゃべりでも、自分も相手も「生きがい」につながる質の高い対話になるのではないかと思ったのです。



▲全員で声を合わせて歌う「音楽の部屋」

実際にいきステの「おしゃべりサロン」はとても盛り上がりがあります。初めて出会った人でもおさななじみ同士のような会話が飛び交い、「私は人見知りするから……」と自己紹介した人が、積極的に会話に加わって本人も驚くほど。ほとんどの人が「皆さんとおしゃべりが楽しみ」と感想を語ってくださいます。

(※裏面に参加者のアンケート回答の内容を掲載しています)

