

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59号

2023年6月26日

発行

いきがい活動ステーション

シンシニアによる GBコレクション開催決定

■シンシニアとは

「老人」、「高齢者」、「後期高齢者」などネガティブな言葉が多すぎます。人生100年時代、年齢を重ねながらも自己成長や進化を続ける、積極的なシニアをシンシニアとよぶことにし、その生きがいを支援していきたいと思っています。

心豊かなシニア、新たなステージに挑戦するシニア、進化するシニアなどの意味が含まれます。今年は、その人生経験や知識、人間的な魅力など、多くの素晴らしい要素を持っているシンシニアによるGBコレクションを11月に開催します。シヨウの中で、主にシンシニアの輝きを表現したいと思っています。

シンシニアの条件は、①健康的なライフスタイル、②好奇心が旺盛、③社会貢献活動ができることなどがあげられます。（いきがい活動ステーション福永）



■シンシニアの活躍事例①

「NPO法人アクティブキャリアア北九州」では、退職後高齢者を始めとした潜在的労働力を活かすため、地域の仲間との絆を深めながら一歩前へ進む「発想と共創の場」を提供する事業を展開しています。

今年度は「人生100年時代のためのデジタル初心者勉強会」をリモートで開催しています。毎回チャットGPTなど生成系AIの最新情報を共有し、活用方法や注意点を勉強しています。どなたでも参加できます。ご自身が今、何をしたいのか明確にし、AIを使いこなすヒントにもなるセルフコーチング講座を9月から企画しています。



▲武久 日明市民センター館長 ▲林田 理事長 ▲今別府 副理事長
【お問合せメール】 ackitaq@gmail.com

■シンシニアの活躍事例②

夢追塾同窓会では、5月20日の同窓会定期総会の終了後、「すてきな仲間たち」が開催されました。この催しは、「生涯現役夢追塾」で学んだ卒業生たちが、卒業後に夢の実現を目指して地域貢献活動を促進し、相互交流・相互支援を目的として行われています。

今回は、16件の活動発表と8件の展示発表が行われ、卒業後も各地域で元気に活躍していることを確認しあい、さらに仲間を増やし、地域活動に根付いていくことが期待されます。

今年度は、7月に「夢追いジャズコンサート」、2月に再度「すてきな仲間たち」、北九州マラソンボランティアなどが計画されており、高齢者ができること、解決したい課題などもたくさんあります。チームの力、シニアの力を活かした活動が期待されます。



▲発表風景
夢追塾9期生 蒔田加代さん

いきがい活動ステーション

- いきがい：これからの人生、何を大切にしますか？
- 多様なシニアの活動を継続的にサポートします！
- 身近な場所の信頼できる：人や活動をご紹介します！

(いきがい活動ステーション スタッフ一同)



▲いろいろな高齢者向けイベント情報があります

編集・発行



いきがい
活動ステーション

〒802-0006
北九州市小倉北区魚町3丁目3-20
中屋ビル地下1階

TEL093-967-3420
Mail: info@iki-st.com
HP: http://iki-st.com/