まちのチカラになりたい、
まちのチカラを求めたい、
まちのチカラを応援したい

はこだて「まちのチカラ」サポートデスク

アクティブシニアの活躍も応援！

http://www.hakomachi.net

森田 伸子 さん

“美しく心豊かに”
さわやかミドルの会

出会い

私、美容室を開業致しまして今年で 46 年になります。その間いろいろな方との出会いがありました。21 世紀に入る頃から世の中、急速に高齢化が進み、ご来店の皆様も年を重ね、お子様達が独立し夫と二人暮らしの方々も多く、又一人暮らしになり子どもの所へ移住しても短期間で戻ってくる方等、長年経営しておりますと沢山の出会いと別れがあります。そんな中でこれからの世の中、私を含めて「毎日を美しく心豊かに輝いて過ごしたい！」そんな想いがつのり、その為に何か出来る事はないかしら･･･と日々考えていたところ、札幌で中高年の会が出来たことを知り、その会にご縁があった方と共に函館にも皆が集える会をつくろうとミニコミ紙等でお知らせしたところ、賛同して下さる方々があり、平成 9 年 2 月に“美しく心豊かに”をサブタイトルに『さわやかミドルの会』を設立する事が出来ました。

会の活性化のために

会の方針として、『健康で美しく、心豊かに充実した日々を生き甲斐を持って暮らすこと。知り合い、学び合い、助け合いの精神を持ち、自分自身を高め、地域貢献する』。この事をモットーに毎月、会報を発行し、例会を開催し、それと並行して身体と脳の活性化を目的に各会員が持っている特技を生かした分科会（部活動）を実施しています。毎月発行される「会報部」「スポーツダンスひよこの会」「ボランティア部」「ウォーキングサークル歩き隊」等、部活動も皆さんとディスカッションしながら進行していましたが会員の人数が多くなりますと意見も多様になり、悩ましい日々が続いた時期もありました。そんな時、役員担当の皆さんと話し合い、会員を７～８名の組に分けまして、会の企画、運営等に各組毎に参加して自由な発想のもとに、自分たちの『ミドルの会』という自覚を持ってもらえる事を願って提案し実行致しました。その後は会員一人一人の意見や想いが毎月の例会と会報で全員に伝わり「部活動」も現在は 7 部できております。

住み易い街に

年を重ねてまいりますと“心豊かにさわやかに生きる事”は、なかなか難しいことのように感じられますが、年を重ねる事により若い時に感じることが出来なかった感動、そして経験を誰かの為に生かせる事が出来たら素晴らしいと思っています。『さわやかミドルの会』も今年で 14 年目を迎え､会員も 70 名､みんなのチームワークで会は成り立っています。この会が皆のオアシスとして心の憩いの場になれたらと願っております。中高年の私たちが心豊かにさわやかに生きる事が出来たら、未来の子ども達の為にもプラスになるのではないでしょうか･･･。これから更に高齢化が進むこの函館。認知症も孤独死もなく優しく、住み易い街になる事を願って皆で楽しく活動しております。皆様も応援して下さいね！

さわやかミドルの会
代 表 者 ： 森田 伸子
団体住所： 函館市人見町 16－8
連 絡 先 ： 電話 0138-32-6000

まちセン３階では「はこだて『まちのチカラ』サポートデスク」を開設しています。
窓口は、年中無休　9：00～17：00　地域のチカラを求めています。