

まちづくりの 主役は我々だ！

～ 65歳からの挑戦 ～



敬老会・老人クラブ補助金
なんてもういらない！！



〈チーム「OST3」メンバー〉

(O) 岡崎真理子 (S) 佐藤貴之 (T) 多田正明 (T) 高橋静子 (T) 高橋美和子

つむぎすと

まずは構想の全体像を

大テーマ

まちづくりの主役は我々だ！
～ 65歳からの挑戦 ～

分野別 テーマ

延ばそう
「健康寿命」

確立しよう
「経済的自立」

広げよう
「社会との交流」

個別ミッション (事業)

スロージョギング

運動相談員制度

夕方食堂

“懐かしの味”6次
産業化プロジェクト

町内で孫育て隊

「用でしよう課

シェアハウス

じーじとばーばの
知恵袋

まちを歩いて
まみむメモ

事業実施効果とメリット

つむぎすも

つむぎすも

では少し具体的に

つむぎすも

つむぎすも

① 延ばそう「健康寿命」

実施事業

スロージョギング

運動相談員
制度

事業のメリット・期待できる効果

- ・誰でも無理なく取り組める運動の推進、普及
- ・特別な設備、費用が不要(既存の公園・コミセン施設活用)
- ・高齢者自らが運動相談員となり、実体験から地域住民に健康指導
- ・健康、スポーツに関心の無い若者世代から健康寿命を意識させる
- ・健康寿命が延びる
- ・要介護者減少
- ・年間医療費が一人当たり45万円減少

② 確立しよう「経済的自立」

実施事業

事業のメリット・期待できる効果

夕方食堂

- ・夕方のみ営業
- ・安価又は無料(生活困窮者)で提供
- ・世代間交流(共に調理可能)を通じ、孤立化を防止

“懐かしの味” 6次産業化 プロジェクト

- ・交流、生きがいづくりの場
- ・「秋田の伝統的食文化」の保存、継承
- ・「秋田」の高齢者の食能力を全国に発信

町内で “孫育て隊”

- ・地域の中で顔の見える関係を構築
- ・地域で安全な子育てができる
- ・高齢者が持つ子育て能力の発揮

ご用でしよう課

- ・高齢者が市役所庁舎案内人となることにより、訪ずれた市民が安心して相談可能

③ 広げよう「社会との交流」

実施事業

事業のメリット・期待できる効果

シェワハウス

- ・高齢者が生活の中で自然に身につけた秋田市の知識を、他県出身の大学生や県外移住者に秋田市の魅力として伝える
- ・学生を含む单身者を家族の一員として見守る

じーじとばーばの ”知恵袋”

- ・じーじとばーばの知恵袋(冊子)を編集
- ・若い子育て世代などに、高齢者が持つ貴重な知識を伝承

まちを歩いて “まみむメモ”

- ・街中を歩いた時などの気づきを生かし、まちづくりの一員としてのかかわりを持つ
- ・街の良さを見つけ、地元ならではの視点で秋田市のセールスマンとして観光客にアピール

ご静聴

秋田の未来は
明るいよ！！

高齢化と
嘆くけど



ありがとうございました！