

# 第3次 秋田市エイジフレンドリーシティ行動計画がスタート!

## 基本理念

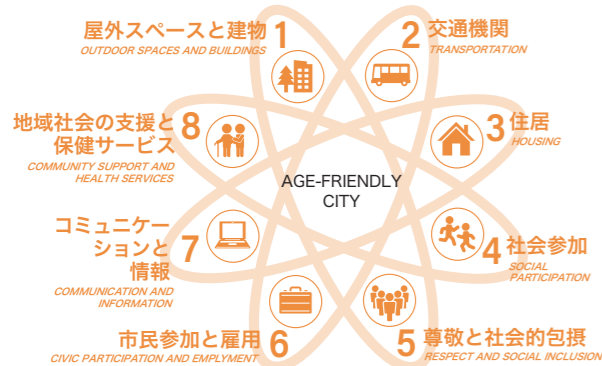
エイジフレンドリーシティ  
 ともに考え ともにつくる 高齢者にやさしい都市  
 ～誰もが心豊かにいきいきと暮らせる社会をめざして～



## 基本目標

本市は、WHOが定義した「高齢者にやさしい8つのトピック」をもとにしながら、8つの基本目標を設定し、これに基づき、さまざまな取組事業を連携しながら行っていきます。

### 高齢者にやさしい8つのトピック



基本目標 1	安全・安心で誰もが快適に過ごせる屋外・施設環境の整備
基本目標 2	交通機関の利便性の向上
基本目標 3	安心して快適に住み続けられる住環境の整備
基本目標 4	生涯を通じた生きがいづくりや社会参加の促進
基本目標 5	あらゆる世代がお互いを認め合う地域社会づくり
基本目標 6	高齢者の就業や市民参加の機会創出
基本目標 7	高齢者の情報環境の整備
基本目標 8	多様な生活支援サービスを利用できる地域づくり

## 重点方針

### 【ポイント1】 あらゆる年代にエイジフレンドリーシティ意識が醸成されたまち

人生100年時代を迎え、市民が年を重ねることを肯定的に捉えることができる都市をめざし、エイジフレンドリーシティの日を設けるなど意識の醸成に取り組むほか、高齢者等がデジタル分野を含む多様なコミュニケーションを享受できるよう、きっかけづくりの場の提供を促進します。

### 【ポイント2】 多様な住民主体の活発なコミュニティ活動が見えるまち

高齢者が孤立しないよう地域におけるコミュニティ活動の推進を図るほか、活動の見える化を進め、さらなる情報提供の促進に取り組むなど、超高齢社会にふさわしい地域コミュニティをともに考えていきます。

### 【ポイント3】 エイジフレンドリーを身近に感じられるまち

さまざまな分野のエイジフレンドリーパートナーを拡充し、事業者の強みを活かした高齢者にやさしい取組を促進するとともに、暮らしやすい環境の整備を本市の取組に加え、パートナー事業者とともに目指します。

### 【ポイント4】 高齢者がいきいきと活躍できるよう産学官民一体で取り組んでいるまち

多岐にわたる課題の解決に向けて、継続して新たな取り組みを創り出すことができるよう、民間事業者、市民、NPO、大学、行政による産学官民一体の共創体制の推進を図ります。

## PICKUP 取組事業

### 無料スマートフォン相談窓口事業 秋田市×(株)ALL-A共同事業

本市では、情報通信技術を誰もが利活用できる環境づくりを進める事業を行っています。デジタルに不慣れな方がスマホの悩みを気軽に相談できる窓口です。

スマートフォン相談窓口【事前予約制】秋田市デジタル化推進本部

- 場所: ①アルヴェ 3階(市民交流サロン内) ②市役所 1階(正面入口付近)
- 時間: ①10～11時 ②11～12時 ③12～13時
- 曜日: 月～金曜日(祝日および年末年始の休日を除く)
- 予約電話: 080-6695-5041 (ALL-A)
- 予約受付時間 平日9～18時

第3次秋田市エイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしい都市)行動計画は、長寿福祉課のホームページからダウンロードできます。



2023年3月発行

秋田市

# エイジフレンドリー シティ通信

2023年  
発行号

秋田市は高齢者にやさしい都市の実現を目指しています



大人は教養!  
 きょうよう  
 今日用があるのが大事です。



秋田市では、世界保健機関(WHO)が提唱する「エイジフレンドリーシティ(高齢者にやさしい都市)」の実現に取り組んでいます。いくつになっても、互いを認め合いながら豊かに暮らすことができるまちを目指しています。

## 目次

## CONTENTS

- 大人は教養! 今日用があるのが大事です。
- ワークショップ紹介
- 8月24日はエイジフレンドリーシティの日
- エイジフレンドリーパートナー表彰
- 第3次秋田市エイジフレンドリーシティ行動計画がスタート



発行

秋田市長寿福祉課 エイジフレンドリーシティ推進担当

電話(018)-888-5666 FAX(018)888-5667 Eメール age-friendly@city.akita.lg.jp

取組紹介の  
ページへ



# 大事です。今日用があるのが大人は教養！

きょうよう

きみお 伊東 公士さん



除雪ボランティアを依頼した大内さんと

いつも助かって  
います！

用事があると元気を保つことができる傾向があるそうです。伊東公士さん(72歳)には、さまざまな用があります。興味ある講座や催しに参加するほか、これまで繋がった縁のある人たちを応援するため活動は広がり続け、その幅広さは驚くほどです。



市医師会主催講座で健康の知識を得て

健康づくりを兼ねた除雪ボランティアに登録して今年で3年。担当している5軒から依頼があったとき、雪かきをします。「去年は雪が多くて大変だったね」と笑顔の伊東さんが、あっという間に依頼者の家の前から雪を寄せていきます。



週3日のお仕事は、「動いていると身体も若さを保てるし、少しお小遣いになるから」。ヨガは「普段使わない筋肉を使う」との

理由で最近始めました。伊東さんの日常に基本の身体づくりがあります。

伊東さんは、定年退職後から知人が関わる障がい者施設内の活動記録撮影等のボランティアを続けてきましたが、コロナの影響で活動できない状況になり、施設のみんなを気にかけています。活動の基本には「若い人も含めて、頑張っているさまざまな人の応援をしたい気持ちがある」と言います。

大事なことは「前向きに考えて行動すること。うしろ向きで良いことはないよ」。盛岡在住の同級生からも刺激を受けて、友人も町内会も外国語講座も漬物づくりもどれも大切にしている伊東さん。十分使いこなせているスマホも、つまづきは早めに修正。これでまた新たな用事につながりそうですね。



市庁舎1階の「スマホ相談窓口」で解決

# 8月24日はエイジフレンドリーシティの日

8月24日は

8(エイト)

2(フ)

4(シ)

本市は、高齢者にやさしい都市を意味するエイジフレンドリーシティの実現を目指し、第3次行動計画が令和4年度にスタート。これを機に、エイジフレンドリーシティの日を設け、さまざまな事業を実施しました。今後も継続して事業を実施します。

## 特別講演会

雑誌「ハルメク」編集長の山岡朝子氏を講師に迎え「素敵に年を重ねるための「やめる習慣」「始める習慣」と題した講演を開催。いくつになっても自分らしく快適に過ごすために、日常を思い切って見直す提案などがありました。



## 記念講座

認知症サポーター養成講座といいあんべえ体操体験会を各サポーターの皆さんとともに実施しました。



## 記念イベント「いきいきエイジの日」

活躍するシニアの紹介、新たな活動の発見や健康づくり、デジタルの活用や見守り機器の展示など、家族で参加できる記念イベントを開催しました。参加した方からは、楽しかった、刺激を受けた、自分の親にもこんな風にいきいきと生きて欲しい等の感想をいただきました。



## エイジフレンドリーシティスタンプラリー

パートナー事業者とその取組の紹介を目的に、2店での購入を要件に商品引換券を抽選により贈呈しました。110店舗が協力、10歳未満から90代までご参加いただきました。



## エイジいきいきポイント

市主催の生涯学習やスポーツイベント等の対象事業参加でポイントを付与。2ポイント取得した方にアルヴェシアターでの鑑賞券を抽選で贈呈。講座を一覧化したことで、新たな活動にも繋がりました。



## パートナー事業者の優れた取組を表彰しました

民間事業者や団体が「秋田市エイジフレンドリーパートナー」として本市と協力し、エイジフレンドリーシティの実現に向け民間サイドから現在130を超える事業者が取り組んでいます。このたび、優れた取組を行う6者に令和4年度表彰を行いました。

### 最優秀賞

**株式会社秋田銀行**  
「あきぎん長活き学校」の継続した活動に加え、デジタル分野など社会情勢に合わせた取組の改善や活動領域を拡大して推進



優秀賞	伊藤工業株式会社	企業の強みを生かし、地域の「おせっかいプロジェクト」への協力など、地域活性化や高齢者が暮らしやすいまちづくりに貢献
	第一生命保険株式会社秋田支社	新たに秋田県警察本部と「こども・高齢者見守り協定」を締結するなど、多面的に安全安心なまちづくりを推進



エイジフレンドリー賞	株式会社秋田キャッスルホテル	障がい者マークポスターの自社作成ほか、観光庁「心のバリアフリー」制度の認定取得など活発に活動
	株式会社フレアス秋田事業所	健康教室や自社専用アプリによる適切な運動の意識付けを行い、介護予防や健康寿命の延伸に寄与
	株式会社南山デイリーサービス秋田店	「お元氣確認サービス」の活動や積極的な情報発信ほか、業界全体への活動拡大を積極的に実施

## ワークショップ紹介

ワークショップ「セカンドステージを考えよう～趣味を活動に変える～」では、幼い頃や現在の自分を振り返って得意だったこと、興味があったことを書き出し、これから本当にしたいことについて意見交換等を経て、まずは行動してみよう！と互いに宣言しました。新たに情熱を傾けることを見つけて、日々が充実したらきっと楽しいです。



夢工房 咲く・咲く主宰 能登祐子さんの活動事例発表が刺激に



講師でコーディネーターの後藤純先生(東海大学准教授)は「これまで生きてきたこと自体がすごいこと。自分には何もなはいはあり得ない」とおっしゃいます。自分のできることをしていけたらいいですね。ワークショップは令和4年11月25日、12月22日の2回開催。

