

# 年の差フレンズ部

## 〈第1回会議〉

開催日程：2017年5月21日（日） 13:00 – 15:00

場所：アルヴェ 3F 市民交流サロン

参加人数：21名



当日のながれ

- 1、あいさつ
- 2、各チームの活動紹介
- 3、チームに分かれて自己紹介
- 4、年の差フレンズの活動の目標とねらい
- 5、今年度の活動方法
- 6、チームで取り組む活動を考えよう



# 1、ごあいさつ

今年度も年の差フレンズをつくっていくための会議を進行していく3名を紹介しました。  
(残念ながら、渡辺直子さんは体調不良でお休み)



- 1、**出野紀子** (でののりこ) (東京出身・山形在住)
  - ・好きな先輩の言葉「人生、みな遊び」
  - ・年の差フレンズができれば「将来について教えてほしい」
- 2、**西上ありさ** (にしがみありさ) (北海道出身・東京在住)
  - ・好きな先輩の言葉「髪を巻かないと眠れない」
  - ・年の差フレンズができれば「お葬式について一緒に話したい」
- 3、**渡辺直子** (わたなべなおこ) (京都出身・兵庫在住)
  - ・好きな先輩の言葉「人生は、効率的に」

## 2、各チームの活動紹介

今年度は昨年度から引き続き参加している部員に加えて、新たに加わってくれた人もいるので昨年度の活動内容を、各チームのメンバーに紹介してもらいました。



### 食チーム

秋田に伝わる懐かしいおやつ「ばったら焼き」を作って参加者にお振舞しました。料理が趣味の女子大生に協力してもらい、イマドキのばったら焼きレシピも開発。あっという間に売り切れる人気でした。

### 運動チーム

ゆっくりとした動きで誰にでも、どこでもできる太極拳公開講座を開催しました。チーム員のひとり菅生紀光さん(ニックネーム：リームちゃん)が所属する太極拳の協会から指導員数名をおよびして、50人以上が参加しました。



### 音楽チーム

秋田県民のソウルソングである「秋田県民歌」をはじめ、秋田にゆかりのある歌をみんなで歌う合唱を開催しました。参加者の合計年齢を5000歳に近づけることも目標のひとつとし、当日は幅広い年齢層の参加がありました。



## ＊年の差フレンズ部とは…

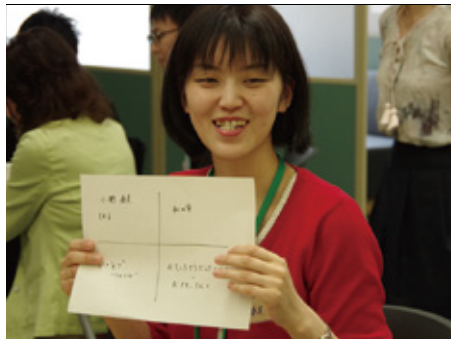
2015年からはじめたエイジフレンドリーシティを推進する事業も、3年目を迎えました。

1年目は「先輩の生き方を調査」し、2年目は「年齢差がある友人をつくる方法を研究」し、その際に年齢差がある友人をつくっていく「年の差フレンズ部」が発足しました。



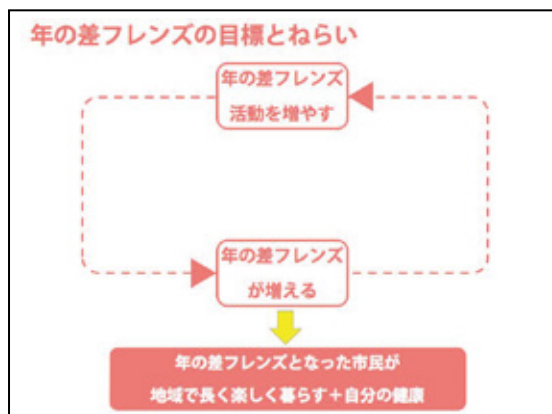
## 3、チームに分かれて、自己紹介

チームの活動を紹介したあとは、活動したいチームを選んで席を移動しました。同じチームとなったメンバーと自己紹介しました。



A4用紙を4つに区切り、名前と呼ばれたいあだ名、住まい、今の気持ちと参加の動機を記入し、胸に掲げて発表するかたちを取りました。

## 4、年の差フレンズの活動の目標とねらい



年の差フレンズとはなにか、年の差フレンズをつくる方法について研究することで何を目標しているかを紹介しました。

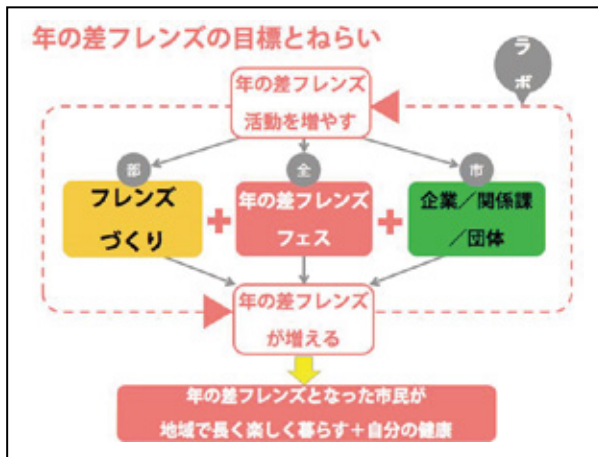
年の差フレンズとは、その名の通り年齢差がある友人のことを指します。これまでの調査から年齢差がある友人がいる人の方が元気に長く楽しく暮らしていることがわかりました。年の差フレンズがいることで、いざという時の助けも得られ、地域で長く楽しく暮らしていく市民が増えていきます。**今年度は年の差フレンズをつくる活動を増やして、年の差フレンズが市内にたくさん増えることを目指します！**

さらに、この研究が進むことで、年の差がある友人をもつこと、先輩世代のこと、後輩世代のことに詳しくなり、**将来はそういうことに長けた研究所（ラボ）のような団体になるといいなと密かに考えています！**



# 5、今年度の活動方法

(その1) 今年度はこの目標を達成するために、大きく3つのことに取り組みます。



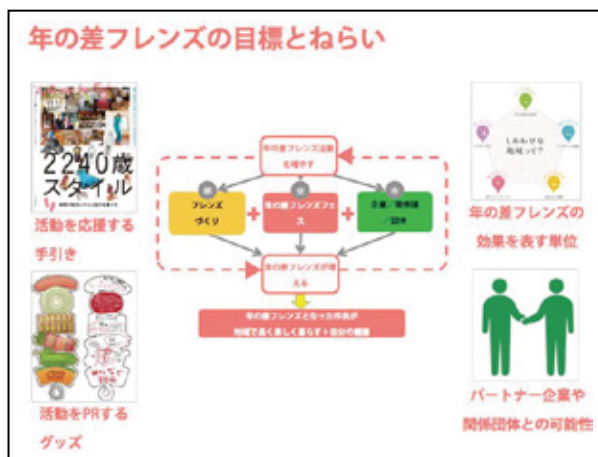
①-① 部活メンバーがチームで好きなように実施する活動です。自分たちができる頻度でできる範囲のことをやりながら、年の差フレンズをつくっていきます。

①-② 年の差フレンズを広く市民に伝えるためのイベント「年の差フレンズフェス（仮）」を開催することです。これは部員と市役所と studio-L が全員で取り組みたいと思います。ここでも新たに参加したい人を募集したいですね。

①-③ エイジフレンドリーシティパートナーとなっている地元の企業や、老人クラブや社会福祉協議会などの関係する団体との協働を探っていくことです。年の差フレンズを増やしていく部活メンバーとコラボレーションして、ともに「長く楽しく元気に暮らせるあきた」をつくっていけるパートナーとなっていく関係づくりを始めます。



(その2) 部活の活動を応援していく活動として、これ以外に4つのことも進めていきたいと思っています。



②-① 年の差フレンズをつくる手引書の作成です。どうやってフレンズはつくるのか、など、部員の活動を元に作成します。これを見た市民が年の差フレンズに興味を持ってくれることと、自分たちでもつくれるようになることがねらいです。

②-② 部活動をPRするグッズづくりです。部員が外で活動する時に必要な名刺やポスターなどをデザインしていきます。

②-③ 年の差フレンズがどのように効果があるかを示す「新しい単位」をつくります。こちらは部員メンバーにも関わってもらいたいです。

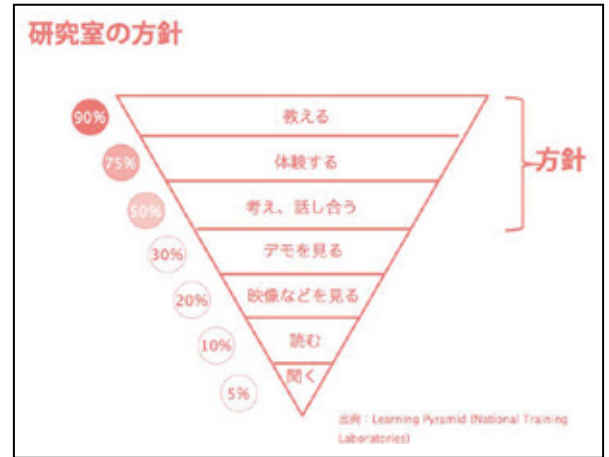
②-④ 先にも述べたように関係団体や企業とのコラボレーションの可能性をさぐっていく活動です。こちらも部員のみなさんに関わってもらいたいと考えています。

## 6、チームで取り組む活動を考えよう

ねらいと目標を共有したあとは、部活動メンバーがどんな活動に取り組んでいくかを計画しました。計画を考える前に、部活動の方針として昨年来伝えている「ラーニングピラミッド」と「Yesand」についておさらいしました。

### <ラーニングピラミッド>

アメリカの研究によれば、1週間前の情報を多く残しておくには、ただ聞いているだけではなく、話し合ったり体験したりすると良いという結果が出ています。これを情報が残っている順にピラミッドにしたものを「ラーニングピラミッド」と呼んでいます。学んだことは人に教えるのが一番頭に残るそうです！



### <Yesand (いいですね/そうですね、さらに～してみは?)>

楽しくなってどんどんと話してしまう…、そんなことが起きる「話し方」があります。それが「Yesand」！日本語では「いいですね/そうですね、さらに～してみは？」と訳します。何かを言われたら否定的に返答するのではなく、一度どういふことが受け止めて「さらにこうしてみははどうでしょう？」と提案する返答の方法です。こうされると相手はもっと話してくれますし、自分も楽しくなってさらに話したくなるという魔法のようなものです。部活動では、この魔法を使ってどんどん楽しく話しましょう！



計画づくりは、昨年度に考えていた内容をもとに、新たなメンバーとともに考えました。ただし、途中で時間がきてしまったので、宿題として持ち帰ってもらい次回に発表してもらうこととなりました。



### <宿題>

- 1、今年度取り組みたい活動をチームで考えてくる。
- 2、先輩あるいは後輩を、部活にお誘いする。

## 第3回のお知らせ（7月23日（日））

エイジフレンドリーあきた市民の会主催の「エイジフレンドリー夏祭り」に参加

場所 秋田市仲小路 路上

時間 11:00～

※雨天時は、ぽぽろーど（秋田駅東西連絡自由通路）で開催

### 新規お申し込み（この活動に参加してみたい方は、どうぞお気軽にご連絡ください!）

参加やお問い合わせは、名前、電話番号、参加人数を以下の連絡先にご連絡ください。

メールの場合：[ro-wflg@city.akita.akita.jp](mailto:ro-wflg@city.akita.akita.jp)

電話の場合：018-888-5666 FAX の場合：018-888-5667