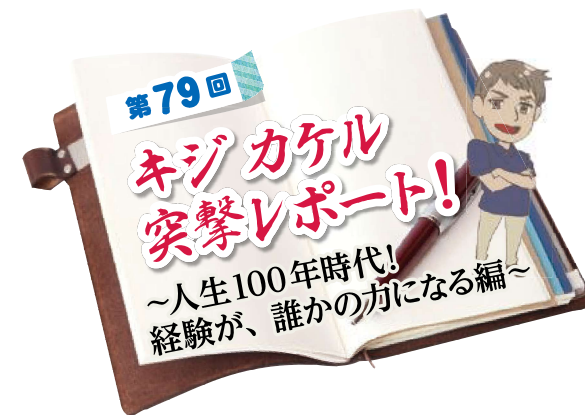




第79回

キジカケル 突撃レポート!

～人生100年時代! 経験が、誰かの力になる編～

人生100年時代って?

人生100年時代とは、医療技術の進歩や生活環境の向上により、多くの人が100歳まで生きることが期待される長寿社会を表す言葉です。
長い人生を健康でいきいきと過ごすため、健康づくりや生きがいづくり、地域活動への参加などが重要になっています。

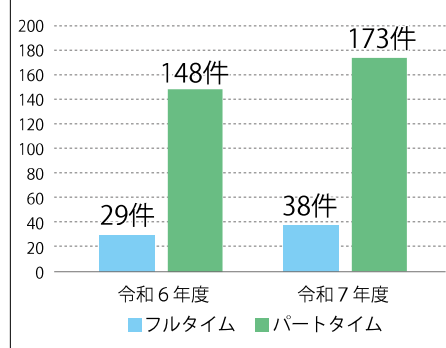
65歳以上の就職件数は 前年度より増加傾向

ハローワーク川内の統計によると、令和7年度の65歳以上の※月間有効求職者数は343人(フルタイム60人、パートタイム283人)で、就職件数は211件(フルタイム38件、パートタイム173件)でした。就職件数は前年度の177件を上回り、高齢者の就業が進んでいます。

※月間有効求職者数ハローワーク(公共職業安定所)に登録して求職活動を行っている人のうち、前月から継続して求職中の人と、当月に新たに求職申し込みをした人を合わせた総数のこと。



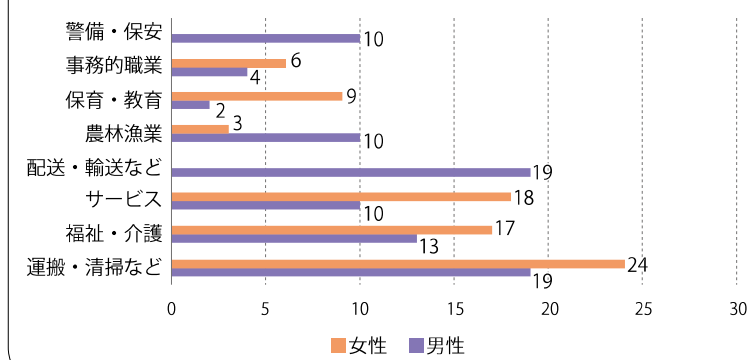
【65歳以上の就職件数】



どんな職種が多いの?

主な就職先を職種別にみると、運搬・清掃などや福祉・介護、サービス業への就職が多く、男女それぞれの特徴もみられます。

【令和7年度 65歳以上の職種別就職件数(男女別比較)】



就職先は幅広いんだね。これまで培った経験が仕事で生かされているよ。

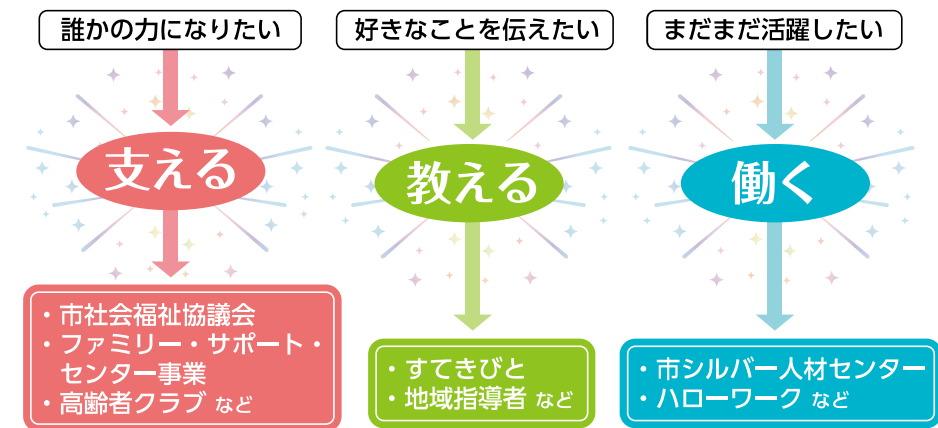


※出典ハローワーク川内公共職業安定所ハローワーク川内

こんな思いはありませんか。「やってみたい」が、生きがいにつながるかも。



本市には、これまで培ってきた経験や知識、特技を生かせるさまざまな活動の場があります。



働く シルバー人材センター

シルバー人材センターは、「働く機会を得たい」「収入を得たい」という健康で働く意欲のある高齢者が、これまで培ってきた経験や能力を活かしながら働くことで、健康の維持や生きがいづくりにつながることも、地域社会の発展に貢献することを目的としています。

入会条件

市民であり、原則60歳以上の健康で働く意欲のある方ならどなたでも可
※年会費2000円

こんな仕事があります

- ・庭木の手入れ
- ・草払い、草取り
- ・施設の管理
- ・部屋の掃除
- ・食事作り
- ・一般事務
- ・派遣事業 など

本市で、シルバー人材センターの会員になっているのは、男性366人、女性189人の合計555人なんだって。(7月末現在)



「ホームセンタータカミ」で働いている橋元秀俊さんのお仕事の様子に密着してみました。



「働くから元気なんです」



橋元 秀俊さん (75歳)
シルバー人材センター
会員歴6年

「定年退職してから1年くらいは、のんびり過ごしていました」と話す橋元さん。元々、橋元さんのお姉さんが毎年シルバー人材センターへ庭木の剪定を依頼していたことから、その存在は知っていたそうです。その後、シルバー人材センターで話を聞き、入会を決めました。

現在、橋元さんはホームセンタータカミで、入荷した食料品の陳列や整理、灯油の給油、リサイクル品の整理などを担当しています。

「9月で働き始めて6年になります。これまで無遅刻・無欠勤です。自分の仕事ぶりはこれでいいのか、いつも気にしています。会社にとって必要とされる人材でありたい。その思いは昔も今も変わりません」と

強い責任感があります。

さらに、「収入もありがたいですが、仕事をすることで適度な緊張感がありますし、周りへの気遣いも必要です。五感を働かせる大切な機会になっています」と笑顔で話します。

元気の秘訣を尋ねると、「元気で働けていいですね」とよく言われるんですが、私自身の思いは逆で、**働くから元気なんです**」と答えてくれました。

橋元さんは、会社勤めをしていた頃は、仕事中心の毎日でしたが、今は自分のペースで時間を使えることに幸せを感じているそうです。「今は、当時にはなかったゆったりとした時間の流れを感じています。少し贅沢な気持ちにもなります」と振り返ります。

現在の暮らしについて尋ねると、橋元さんは「**素晴らしい我が家、シルバー人生です**」と笑顔で締めくくってくれました。



▲商品の陳列をする橋元さん

店長の太平さんにも話を聞いてみました



人手不足で悩んでいた頃、たまたま運転中にシルバー人材センターの車を見かけた際に、「何かお願いできることがあるのでは」と思ったのがきっかけでした。以来、約5、6年にわたりシルバー人材センターへ仕事を依頼しています。

橋元さんは、とても一生懸命に仕事をしてくださるので、本当に助かっています。周りをしっかり見ながら働いてくださっています。さらに、ほかの従業員の話にもよく耳を傾けていて、自分の担当業務以外のことも柔軟に対応してくださっています。依頼して本当に良かったと感じています。

働いてみたい人、応援してくれる企業さん、大募集。説明会を毎月第2、4木曜日の13時30分から開催しているよ。

まずは説明を聞くだけでも大歓迎。気軽に参加してみてください。



問合せ／〒895-1000 7
百次町1090番地1
公益社団法人薩摩川内市シルバー人材センター ☎(099)5819

教える すてきびと (生涯学習人材バンク)

好きだから続けてきたこと。気付けば長年取り組んできた趣味や特技。「すてきびと」は、経験や知識を地域で生かすことができる制度です。

あなたの「好き」が、誰かの「やってみたい」につながるかもしれません。

登録分野例

音楽、生活・趣味、体育・スポーツ・レクリエーション、美術・書道、語学など

すてきびとに登録し、ヨガを教えている比良百合子さんにお話を聞きました。



「今だからこそ
伝えられることがある」



比良 百合子さん
(72歳)
登録分野：体育・スポーツ・レクリエーション

「若い頃は、難しいポーズができることや、一生懸命頑張ることが大切だと思っていました。でも、指導を続ける中で、その人なりのヨガを見つけることが一番大事だと気付いたんです」と話す比良さん。19歳の



▲砂浜でヨガを教える様子

とき、大阪でヨガと出会い、資格を取得。その後、本市へ戻り、子育てをしながら長年ヨガの指導を続けてきました。現在、比良さんは、「無理をさせない、頑張らせない、できないことを恥ずかしいと思わせない」ことを大切に指導しているそうです。また、子育てについて話をする機会もあったといいます。「若い頃の経験はもちろんですが、年齢を重ねた今だからこそ伝えられることがあります。自分の経験が誰かの役に立てばうれしいです」と話します。「すてきびと」に登録したことで健康維持にもつながっており、「これからも培ってきた経験を多くの人に伝えていきたい」と意欲を見せます。最後に、「特技や経験を持っていて、誰かの役に立ちたいと思う方は、ぜひ登録してみてください」と笑顔で語ってくれました。

問合せ／社会教育課(中央公民館内)
(22)7251

教える 地域指導者

本市では、休日における部活動の地域展開で活躍している「地域指導者」が、生徒たちの部活動を支えています。これまで培ってきた経験や知識を生かしながら、生徒たちとともに汗を流し、成長を見守る。そんな活動が新たな生きがいにつながっている人もいます。

川内北中学校女子卓球部を指導する山口剛さんにお話を聞きました。山口さんは、チームを全国大会ベスト16入りに導いた卓球経験者だよ。



生徒たちの成長が何よりの喜び



山口 剛さん
(70歳)
地域指導者歴6年

「教員として勤めていた頃に、小規模校で生徒たちと一緒に卓球部を

立ち上げたのが、卓球との本格的な出会いでした」と山口さん。
退職後はゆっくり過ごしていましたが、最後に勤務した川内北中学校の保護者などから「もう一度指導してほしい」と声を掛けられたことをきっかけに、地域指導者として再びコートに立つことになったといいます。
「30年以上指導を続ける中で、相手の戦術や試合の流れを見極める力が身に付きました。自分のアドバイスが上手くはまり、生徒が勝ったときは本当にうれしいです」と話します。
また、「若い頃は厳しく指導することもありましたが、経験を重ねるうちに、言い方をどれだけ強くしても結果はそれほど変わらないと感じるようになりました」と振り返ります。
「完璧でなくても大丈夫。情熱があれば誰にでもできます」と、これから地域指導に関わる人たちへエールを送ります。
現在は、小学生の指導にも携わっており、「健康でいられる限り、今見ている子どもたちが卒業するまでは頑張りたいですね」と笑顔で話してくれました。

問合せ／本庁学校教育課指導G
(内線5322)

支える 特技や特別な資格がなくても始められる活動があります。

薩摩川内市社会福祉協議会
有償ボランティア
「ちいきささえ愛事業」

市社会福祉協議会では、年齢を問わず参加できるさまざまなボランティア活動があるんだ。その中の1つを紹介するよ。



ちいきささえ愛事業とは

日常生活に支援を必要としている方(お願い会員)と、地域の生活を支えたい方(まかせて会員)が会員となり、お互いの支え合いを大事にしながら、有償のボランティアとして活動しています。

こんな活動があります

- ・電球交換
- ・買い物代行
- ・お話し相手
- ・分別後ごみ出し
- ・簡単な掃除
- ・その他生活する上で必要とされることなど

令和7年度の実績

・有償ボランティアの実績11590件
・ボランティアの実績1186件

好きなことがボランティアに

将棋ボランティア



「将棋が好きな利用者さんの相手をしてくれる方はいませんか」との相談を受け、市社会福祉協議会が将棋の得意な方を紹介したそうです。利用者さんからは「また対局したい」との声が聞かれ、双方にとって楽しい時間になったとのことでした。
趣味や経験を生かした活動が、地域の支え合いや生きがいづくりにつながっています。



普段から顔を合わせたり声を掛け合ったりする関係があるからこそ、困ったときに助け合える地域のつながりが生まれるんだね。

問合せ／市社会福祉協議会地域福祉課
(29)5538



▲地域指導者



▲シルバー人材センター



▲ちいきささえ愛事業



▲すてきびと

3ページから5ページで紹介したもので気になったものがあつたら、左記の二次元コードをスマートフォンでかざしてみてね。



▲ファミリー・サポート・センター
薩摩川内

▼高齢者クラブに関すること
薩摩川内市高齢者クラブ連合会事務局(市総合福祉会館内)(永利町)
(22)2731
▼ファミリー・サポート・センター事業(まかせて会員)に関すること
ファミリー・サポート・センター 薩摩川内
(22)5085

その他にも、高齢者クラブやファミリー・サポート・センター事業(まかせて会員)など、本市には地域を支えるさまざまな活動があります。人生経験や子育て経験を生かし、あなたも地域の支え手として活躍してみませんか。

「働く」「教える」「支える」。その形は違っても、誰かとながら、地域に力を届けることは、自分自身の生きがいにもつながります。これまで培ってきた経験や知識は地域にとって大切な財産です。今までの経験を生かしながら、自分らしい一歩を踏み出してみませんか。



人生100年時代。今から始められることは、まだまだたくさんあるよ。

