

飛翔

発行責任者
平塚MAC
池田忠宏



学習会 平塚MACの活動で ビューティフルエイジングを

令和元年第2回の学習会は『人生100歳時代をどう生きるか?』というテーマで、9月25日、ビューティフルエイジング協会代表理事の浦田健一郎氏から話を伺いました。私たちを取り巻く環境は、大きく変わっています。今や、わが国の高齢化率(総人口に占める65歳以上の割合27.3%)は世界最高水準に達し、2030年には30%になると予測されています。

これからは教育→仕事→教育→仕事→社会貢献

また、リンダ・グラットン、アンドリュウ・スコット共著の『ライフシフトー人生100年時代の人生戦略』によると、国連は、2007年に生まれた日本の子供の半数は、107歳まで生きると推計しています。若々しく生きる期間が長くなることなのです。それには、どうしたらよいか。高齢期になって必要なのは、①充実した人生を送るために健康な身体を作る。②労働人口が減少する社会を支えるために就労寿命を延ばす。③高齢者も可能な範囲で社会を支えるために「生涯現役社会」を実現する。④そして「居場所」を作ることです。

第一の居場所は「家庭」、第二は「学校・職場」でし

地域社会が第三の居場所

だが、第三は平塚MACのような「地域社会」です。地域社会はお互いに利害関係がないし、居心地が良いし、やりたいことが出来るし、やり甲斐のあることがいっぱいあります。そして、様々なコミュニケーションが取れるのです。友人に自分の病気や家族のことを話すと、友人もそのことに関する情報を提供してくれま

す。こうして、多様な生き方のできる自分らしい人生設計をすることが必要になるでしょう。

高齢者にとって必要なのは自律することです。心身ともに健康であり、精神的・経済的に自律し、生活も自律できなければなりません。これを実践するためには、人は生涯にわたって目的を持ち、成長しなければなりません。これこそが美しく生きること、『ビューティフルエイジング』なのです。これらの話で、私たちがこれからどう生きていったらよいか、皆さん、何らかのヒントが得られたのではないのでしょうか。

20周年記念特集号

概要決まる

来年6月に平塚MACは発足20周年を迎えます。4月の定時総会にて提案があったように飛翔の記念号を出すべく実行への体制が決まり、記念誌の概要も見えてきました。

次郎、杉山孝司、山本和昭(敬称略)

まず、実行委員長には池田会長が就任し、その他委員は次のメンバーです。

また、記念誌の概要としては、平塚MACの発足の経緯と歴史、これまでの活動・構成員、歴代会長からの寄稿、各部会活動の状況、そして、既に会員の皆様にお願している「平塚MACと私」と言うテーマでの寄稿と言う構成です。

大野耕一、谷厚太郎、西田良雄、高橋国夫、宮武祥

20周年という節目に向かい、

これまでの歴史を整理し形にすることと、これからの平塚MACの更なる発展に向けて、特集号編纂への皆様のご協力を宜しくお願いたします。

学習会のお知らせ

11月19日(火) 14時から、「会員と共に学ぶ」を、次の内容で開催します。

①講師・及川慎也さん「作家遠藤周作について」

②新入会員による座談会。

申込は、村松一男さんまで。

⇒連絡先 : 0463-21-9860