

# 市職労退職者の会

だより  
No.49号  
2019. 9. 20.

第11回日帰りバスハイク（11月21日・木曜）

## 柿狩り・ハゼ並木の散策

### 晩秋の杷木・朝倉・久留米



5月のゴールデン・ウィークが終わって少しか観光客が少なくなる下旬に、念願だった「尾瀬の水芭蕉」を見るために山小屋に2泊する3泊4日の山旅を楽しみました。木道から外れた山道には至る所に残雪もあり、雪解けの水が勢いよく尾瀬川を下っています。

- 日 時 11月21日（木）
- 集 合 市役所玄関前
- 時 間 午前8時45分
- 参加費 5,000円  
（夫婦参加は12,000円）
- 昼食（森のレストラン・ホイリゲ）  
（若鳥のコース、ビーフシチューのコースから選択して申し込んでください）
- 一次締切 11月1日（金）
- 申し込み 711-4940（組合）
- キャンセル料 当日は全額、2日前には6割をいただきます

す。大水害から三年になる朝倉地域では特産の柿も大きな被害を受けましたが、再建もたいぶ進んで漸く生産も本格化しています。

退職者の会では恒例の日帰りバスハイクを11月21日（木）に行います。今回は出発時間も少しだけ遅らせて近場で秋をたっぷり楽しむ企画として、杷木町で柿狩りをして、田主丸のワイン工房で昼食、朝倉の三連水車と道の駅、山本町の「ハゼ並木まつり」に秋を訪ねます。

\*注意\* 早めに申し込んでください、一次締切の時点で25名未満は中止となります。  
秋の山登りを楽しもう

## 「紅葉の四王寺山を歩く」

ようやく朝夕は涼しくなると秋の気配が感じられるようになりました。スポーツの秋、山登りの秋です。これから山は少しずつ紅葉を迎えます。標高が東北・信州の高い山々は10月中旬には紅葉が見ごろを迎えます。



そこには行けません、大宰府の裏山に当たる近場の四王寺山（450m）を散策したいと思います。昼食を挟んで往復6時間程度の山歩きを予定しています。体力に一定の自

信があり、普段から近くの山を登っている人、山登りに挑戦したい人を募集します。

日時 10月12日(土)

集合 西鉄都府楼駅前9時

場所 四王寺山(標高450m)

準備 山歩きに適した服装・靴・

手袋・弁当・水筒・タオルと下着

(念のための雨具・合羽)

## 『生活アンケート』の集計

### 結果について(報告)

福岡市職労退職者の会では、「定年退職と『生きがい探し』について」と題して、生活のための働きと、自己実現のための働き」についての懇談会を予定しています。

趣味的な働きを通して社会に役立つ生き甲斐ある活動がしたい。定年退職後に家に閉じこもる老年者が増加している。地域で孤立しないためにも外出する機会を持つことが大切になっていきます。認知症は80歳以上の高齢者の3割以上が患う病気で、日頃の生活習慣を見直すことが大切などと言われています。

今回、会員の皆様の日頃の生活状況について生活・健康アンケートの回答結果がまとまりましたので、その概要を報告し集計結果を別紙にて報告します。

- (一) 回答者数 85名(回答率29%)
- (二) 男性45名 女性40名
- (三) 60代(38名)、70代(41名)

80代(6名)

(四) ご自身の健康状態について

①「何も不安がない」と答えた方は四人に一人の24% ②「2ヶ所以上の病院に通院」している方が半数近くの48%で、③血圧や糖尿病の薬を飲まれている方が43%と多くなっています。

(五) 日常生活について

①「近所付き合いは余りない」と答えた方が、女性で25%に対し男性は11%と意外な結果になっています。②反対に「町内会の役員を引き受けた」方は、女性が50%で男性は26%となっています。③趣味のサークル参加でも女性が55%に対し、男性は38%となっています。④「年一回以上の旅行に5割以上の方々が行かれています。」

(六) 趣味・運動などについて

①毎日、20分以上は散歩等をしている方が男女とも5割程で、健康維持のために体を動かすことに心掛けている方が多く、②家庭菜園などに組み込まれている方も36%と食生活にも気を配られる方も多くみられます。③日記や家計簿をつけている方が4割で年金生活から家計にも細かく気を配って生活されていることが窺われます。(別紙参照)

ご協力ありがとうございました。

「天災・震災・人災」

いつから、いつまで「想定外」?

最近50年、百年に一度と言われる大雨、台風、地震などによる大災害が全国各地で毎年のように繰り返しています。その度に報道される国・自治体・企業の対策の遅れの指摘に「想定外の規模」とする説明で、生活再建を迫られる被災者にとって責任逃れとしか聞こえず腹立たしくて空しく映ります。

そして被災地支援のためのボランティア活動が大きく報道されます。被災直後の多くの支援は本場にありがたいものです。しかし、受け入れる側の自治体は町村合併などで職員数が激減しており再建に向けての長期の支援体制は置き去りになっています。住民生活を支える自治体の真価が最も発揮されなければならぬ時に「人が居ない」「予算が足りない」では再建も覚束なくなりそうです。

大雨・地震・台風・火山は日本の美しい自然と風土を造つてもきました。そこで生まれ育った日本人は、この自然と人々の共生(助け合い・自治)を図りながら住み続けてきました。大災害時の自衛隊による大規模支援が大きな支えであることは確かですが、それ以上に地域の福祉や防災を日常的に支える自治体・消防・福祉施設などの役割がもっと強調される必要があるのではないのでしょうか。