

令和7年度 岐阜県
健康づくり優良活動表彰



岐阜県
健康づくり優良活動

団体部門

アクティブGメン♪75



人の役に立てる喜びかみしめ 健康寿命の延伸へ

POINT

- 農業・木育・保育・ICTの4分野の活動をサポート
- ボランティア育成セミナーでしっかりと学んでから各現場へ
- 活動そのものが体を動かしたり、仲間を作ったりする良い機会に

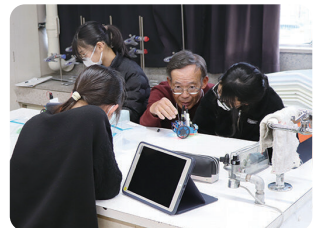


DATA

窓口／関市役所健康福祉部高齢福祉課
〒501-3894 関市若草通3-1
TEL.0575-23-9007

設 立／2021(令和3)年4月
代 表 者／関市長 山下清司
登録者数／137名(男47名・女90名)

紹介動画は
こちら



CHECK

趣味や地域の活動に積極的に取り組むことは、心身の健康にとって良いこととすくめであるということは広く言われています。関市では「生涯現役プロジェクト」の一環で2021年度に、健康寿命75歳以上を目指すシニアによるボランティアチーム「アクティブGメン♪75」を立ち上げました。農業・木育・保育・ICTの4つの分野で延べ100人ほどが、市内の学校に出向いて授業のサポートをするなどしてはつらつとした日々を過ごしています。



人の役に立てる喜び 活動を通して実感

関市が生涯現役プロジェクトを始めてしばらくは、合唱したり、体を動かしたりする内容でしたが、コロナ禍になりこれまで通りの活動ができない事態に陥りました。そこでプロジェクト窓口の関市役所高齢福祉課は発想を転換。これまでの高齢者自身に楽しんでもらう内容から、人の役に立てる喜びを感じてもらおうと内容へと変えたらどうかという意見が出て、教育現場や地域にヒアリングをしたところ、さまざまな「困った」が見つかりました。そうして21年度から、農業、保育、木育の分野で、希望した学校等にボランティア派遣するというGメンの活動を始めました。ICTは24年度に加わりました。



活動内容ですが、**農業Gメン**は市内の畑での野菜づくりが主。食育の二環で幼稚園児らと一緒に農業をしたりもします。

木育Gメンは学校の授業や市で行われる木を使った活動のサポートをしています。電動のこぎりの横に立ってけがをしないように温かく見守ったり、小刀の持ち方をアドバイスしたり。教員からは「Gメンの方々が見守ってくださるおかげで安全に授業ができます」と感謝の声が上がります。

保育Gメンは保育施設が屋外活動をする際の見守り役として活躍。最近では小中学校の調理実習やミシンの時間のサポートの要請も増えています。

ICTGメンは関市教育委員会のICT支援員が各学校へフログラムの授業に行く際などにアシスタントをします。

活動に必要な知識は セミナーで習得

Gメンの皆さんには、これまでの人生で培ってきた能力やノウハウがあるとは言え、いきなり派遣されて力になれるとは限りません。そこで部門ごとにセミナーの機会を設け、支援内容や子どもたちとの関わり方、注意点などを学んでから活動を開始します。



中嶋さん



木育、農業、保育のGメンとして初年度から活動する中嶋匡さんは「Gメンはセミナーで学んでから活動ができるのが利点。一カ月に5、6回は活動していますので、やる暇も風邪をひく暇も少ないほど充実しています」と笑顔を見せます。



農業Gメンの竹腰好さん

は「農業は全くやったことがなかったので学べうれいします。週に1回のペースで畑に行っており、体を

動かす良い機会になっていてます」と話します。

ICTに関してはプログラミン
グの授業で使うキットを事前に組
み立て、仕組みを把握してから派
遣されるという流れ。ICT Gメ
ンの山岡すがよさんは「事前のセ
ミナーが充実しているお
かげで子ども
の手が止まっ
ている時に力
になれます。孫は離れて
暮らしては会う機会が限られて
います。子どもたちと接すること
で「孫もこんな感じなのかな」と思
える点も良いですね」と話します。



山岡さん

仲間との
コミュニケーションの中で
活動の幅が広がる

Gメンの活動は、仲間づくりと
いう点でも大きな意味を持ちま

す。農業Gメ
ンの服部幸典
さんは東京出
身で、長らく古屋内に



服部さん

住んでいました。定年後に関市内
の妻の実家に住むことになったた
め、知り合いは一人もおらず、さら
にはずっとマンション暮らしだった
と、土に触る機会もありません
でした。「農業Gメンを始めたお
かげで、自宅でキャベツや大根など
を収穫できるようになり、農業と
いう共通の趣味について語り合え
る仲間もできました。生活に張り
ができて毎日が充実しています」
と話します。

また4分野のGメンの希望者が
集うお楽しみもあります。農業G
メンが収穫した農作物を味わう秋
の収穫祭には、30人ほどが集まり、
活発なコミュニケーションが生まれ
ます。この場で話す中で、参加して
いない分野の活動に興味を持って、
翌年から活動を始めるという方も

います。

活動をサポートする関市役所高
齢福祉課の生涯現役支援員、吉田
理恵さんは「皆さん、口をそろえて
『認知症予防になっている気がする』
と言っているように感じられていま
す。認知症になってもな
らなくても、
いつまでも活
動に参加し続
けることで心と体の健康
を保っていただきたいです」と話し
ています。



吉田さん

