

## 実践報告例（別紙2）

### 岡山市立北公民館

# 「ジェントルマン生きがい喫茶」講座

## 🍵 ねらい（解決したい地域課題） 🍵

仕事を生きがいとし、走り続けて迎えた退職。ふと気づくと、家庭や地域での居場所が少ないことに孤立感を深める男性は少なくありません。そんな中、退職後の自分の生き方を探る男性も増えてきています。家庭や地域で孤立しがちな男性が、生きがいをもって元気に過ごせるよう、気軽に楽しく話し合える居場所を作りたい…。そんな思いがこの講座の出発点でした。



## —MASTER—

この講座に欠かせないコーヒーとお菓子。  
名人が入れてくれるコーヒーの味は天下一品！

「カップを温め、心をこめて作ります。」

「おかわりもどうぞ。」

## —MEMBER—

司会の達人のおかげで、話が盛り上がります。

「〇〇さん、これについて、どう思われますか？」

「なるほど、もう少し詳しく聞かせてください。」



## —TALK—

話し合うテーマは様々。  
事前に資料を準備してくる方もおられます。  
健康づくり・趣味・ニュース・終活などなど  
話題は尽きません。  
館長も紅一点で話し合いに耳を傾け、今後の  
生き方のヒントをたくさんいただいています。



## 🍵 効果（参加者の声） 🍵

「毎月1回のこの会を楽しみにしているので遠くからでも来ます。」「この会での話題にしようと、日々の暮らしの中の様々なことに関心を向けるようになりました。」「おいしいコーヒーとお菓子をいただきながら、男同士の話ができて楽しいです。」「いつまでも続けていきたい会です。」

この講座がジェントルマンの第二の人生に彩を添える存在になることを願っています。

## 実績報告

(高屋)公民館

# (サロン鶴亀)講座

★ねらい

高齢者の引きこもりをなくし、親睦の場としての活動をねらいとしています。お互いの安否確認にもなっています。



★効果(参加者の声)

参加者は後期高齢者がほとんどですが、2月に開催される子守唄の里高屋ひなまつりウォークへ作品を展示したり、もち花づくりのお手伝い、当日のウォークを楽しみにしています。文化祭で餅つきを行っていますが、小学生や、小さい子供と係われることも楽しみにしています。2回のバスでのお出掛けも楽しみです。いつまでも元気でいたいと思います。