

## やまもも

題字の「やまもも」は温暖な海岸域によく育つ常緑樹。千年に及ぶ古木も珍しくないとされ、その青々と力強い樹勢にあやかって命名された。

## 第84号

2018年5月25日発行

## 発行

みらいふる鎌倉  
(鎌倉市老人クラブ連合会)  
発行人:大村貞雄 編集長:柏木浩志  
☎0467-61-3930  
<http://www.mirafuru-kamakura.com/>  
(ホームページがリニューアルしました)  
制作協力:タウンニュース社

みらいふる鎌倉

鎌倉市老人クラブ連合会が旧来イメージを刷新するため、2007年に全国公募によって決めた名称。造語の「みらいふる」には「明るい未来の光が降り注ぐ」という思いが込められています。2017年10月に会の正式名称になった。68クラブ、約3500人(2018.4.1現在)。

みらいふる鎌倉情報チャンネル

鎌倉 元気のススメ!

J:COM湘南(11ch)で放映中

月曜 7:30~12:30~15:15~20:10~  
火曜 7:30~12:30~15:15~20:10~  
水曜 7:30~12:30~15:15~20:10~  
木曜 7:30~12:30~15:15~20:10~  
金曜 7:30~12:30~15:15~20:10~  
土曜 9:10~12:30~15:15~20:10~  
日曜 9:10~12:30~15:15~20:10~  
※特番等の際は休止となる場合があります

写真「長谷寺 アジサイ」阿部成子さん撮影



握手を交わす松尾崇市長(左)と大村貞雄会長

大村 4月26日の総会で  
第9代の会長に就任させて  
いただきました。我々はこれまで愛称として  
使ってきた「みらいふる鎌倉」を、昨年10月に正式に名称へと変更しました。名前も一新し、より一層、行政と力を合わせて活動していくかなくてはならないと思いまますのでどうかお力添えをお願いします。

市長 みらいふる鎌倉という名称は、他にはない本当にいい名前だと思います。これまで年を重ねるところはマイナスのイメージにとらわれがちでしたが、皆さんのように元気で健康な人が増えれば、我々の世代にとっても目標になると思います。

2018年定例総会で、みらいふる鎌倉第9代会長に選出された大村貞雄さんをはじめ、奴田不二夫相談役、石渡好行副会長、立川光造副会長兼総務部長、柏木浩志教養部長が5月15日、鎌倉市役所を訪れ、松尾崇市長と懇談しました。このなかで大村会長は「我々の経験や知恵をまちづくりに活かしたい」と呼びかけ、松尾市長も「鎌倉のまちづくりのためにぜひ皆さんの方を貸してほしい」と応えました。

## 「まちづくりに経験と知恵を」

## 大村新会長ら役員が市長と懇談

市長 鎌倉市でも3月から、「かまくらヘルシー」パークという市民の健康づくりを応援する事業を始めました。

これは、みらいふるさんが先行して取り組んでいる活動量計はもちろんのこと、スマートフォンを活用してウォーキングを行ってボーナスが貯まり、ポイントに応じて景品に応募できるという仕組みです。

身に付けてもらうことが狙うためには、生きがいや目的を持ち、健康に過ごすことが大切です。

今どんどん高齢者が増えているなかで、行政でも医療福祉や介護のお金がかかるようになるとと思うのですが、高齢者が元気でいればこうしたお金はかかるない。

これはみらいふるの活動の趣旨・目的そのものです

が、高齢者が元気でいればこうしたお金はかかるない。

これから鎌倉市さんと一緒に高齢者をどんどん元気にしたいと思います。

## 高齢者に優しいまちに

石渡 鎌倉市は昨年、WHO(世界保健機関)が主導する「エイジフレンドリーシティ」に参加したり組みを行なうのでしょうか。

市長 えですね。どのような取り組みを行なうのでしょうか。

立川 私たちは今年度の活動テーマを「元気シニアの活動の場を担い手から生きがいへ」として、会員が健康で生きがいのある人生を送れるよう様々な事業を行なっています。

立川 私たちのように年齢を重ねることによる心身の虚弱、いわゆる「フレイル予防」に取り組もうといふことになっています。

立川 私たちのよう年齢を重ねることによる心身の虚弱、いわゆる「フレイル予防」に取り組もうといふことになっています。





