



# 耐久大学だより

第242号  
平成30年7月27日発行  
広川町中央公民館  
編集責任者：國分隆雄

津波避難3原則 ①想定にとらわれない②命を守るために最善を尽くす③周りが逃げなくても逃げる

## 高齢者の年金生活について ～年金の今後について～

金融広報アドバイザー 垣 由起



明るくとても元気な垣先生の巧みな語り口で「脳の活性化」ということで準備運動的な身体を使ったゲームから始まる講義でした。

講義では、年金の仕組みや自分たちがいただける年金についてのお話でした。

日本の人口ピラミッドの変化により、年金を支える人が平成2年には5，1人で1人を支えていたのが、平成37年には1，8人で1人を支えるようになるということで、国民年金の支給額が減少していく可能性があるということでした。この現実の中で、高齢者が楽しく生き生きと暮らしていくためにはどうすれば良いか？垣さん曰く、高齢者の年金生活では、①健康が一番②公共施設の利用やグループ活動に参加③ざっくり家計簿をつけるということが大切だと話されました。

学生さんからは、「耐久大学や公民館の講座にきてみんなとわいわい話をして、楽しくやれるのは、いいことやね。」「遺族年金についてももう少し知りたいよ。」などの感想があり身近なことなので関心をもってお話を聞いたようです。

## 100歳大学の誕生と現在の活動状況

### ～なぜ今「地域包括ケアシステム」なのか？～



滋賀県健康生きがいつくり協議会  
宮川 俊夫 理事長

滋賀県栗東市の100歳大学の理事長である宮川氏から、「100歳大学はどうしてできたのか？」「どうすれば100歳まで元気にやりがいを持って生きられるのか？」を中心に話を伺いました。現在の国の制度（介護保険制度の改正）や地域包括ケアシステムの現状を元に、100歳大学で取り組んでいることを伺っていると、シルバー人材バンク的な部分で「やりがい」や「多少の収入」につながり、1人1人が存在感を持ち、仲間と交流を持ちながら生きていけるように取り組んでいるということであった。100歳大学と耐久大学とでは建学の主旨や取り組んでいる内容も違うかなと感じました。

### 川柳専科

7月25日の読売新聞「和歌山よみうり文芸」コーナーに崎山昇二さんの川柳が掲載されました。

「口笛が吹けた宿題さあやろう」

みんな楽しく健康に  
過ごしましょう♪



9月の耐久大学は  
9/8(土)です。

# 体験入学

してみませんか？



平成30年度 学生募集はまだまだ受付しています！！

## 耐久大学

お問い合わせ 広川町民会館 TEL 63-2295

火曜日～土曜日(祝日除く) 8:30～12:00 13:00～17:00