

# ゆる～いおっさんの会



藤澤善博

# シニア大専門コースでのテーマ 「定年後のシニア男性の居場所づくり」

シニア大生 アンケート結果

- ・ とかく定年後の男性は  
家にこもりがち



社会的な損失だ！

退職後の不安は

- 1位 健康
- 2位 生きがい
- 3位 お金

退職後に困ったこと

- 1位 時間の過ごし方
- 2位 人とのコミュニケーションがない
- 3位 生きがい

# 合言葉 亭主元気で留守しよう！

---

メンバー 約35人

平均年齢 60代後半

ほとんどが元サラリーマン。  
定年を迎えても、転職・再雇用  
などで、半数以上が勤めている。

ゆる～い中にもルールが3つ

- ・ 男性限定 . . . . . ゆる～い空間
- ・ 過去の肩書は口にしない . . フラットな空間
- ・ メンバーを批判しない . . . 安心の空間

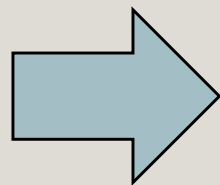
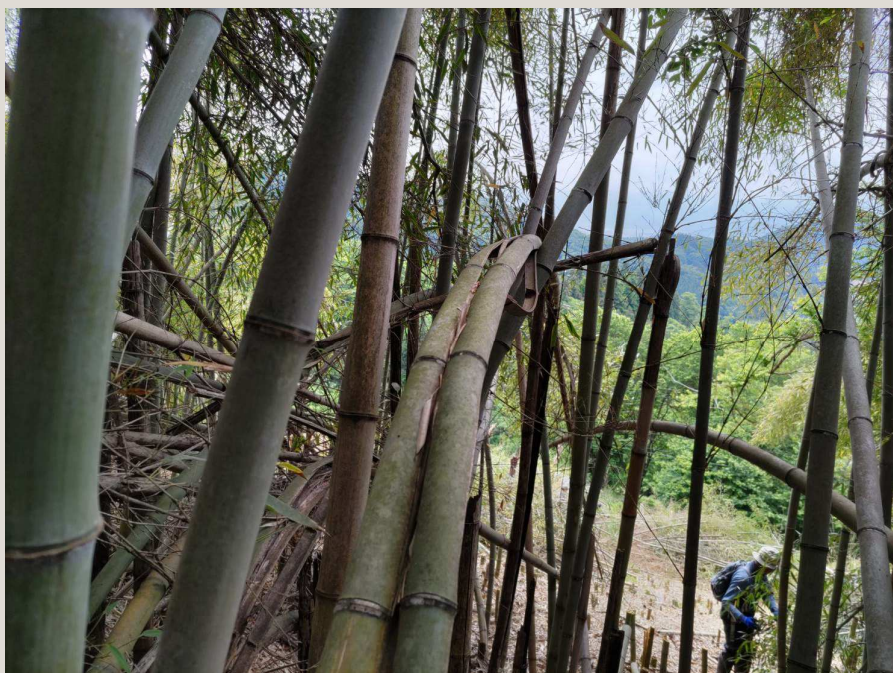
# ゆる会ミニプロジェクト

---

- 自然散策PJ
- 農業PJ
- 山菜採りPJ
- 歴史街並み歩きPJ
- スポーツPJ
- 地域貢献PJ
- 文化芸術PJ
- 多世代交流PJ

## 6月 長野市七二会地区で竹の伐採お手伝い

- ・竹は厄介者。でも、高齢者が多く刈る人手がない
- ・ゆる会の名目はタケノコ狩り、5人で100本以上伐採



## 2021年10月 ゆる会ガーデンオープン

- ・ニンニク
- ・サツマイモ
- ・里芋
- ・ジャガイモ
- ・ほうれん草



6月 ニンニク収穫！  
1500個を黒ニンニクへ



# 11月 大学生とコラボ、お寺で地域の人と焼きいも大会



# 佐久

## ゆる〜い おやじの会・発会式

会社を退職して、いざ地域にデビューと思っても、つながりも肩書もなし。結局家で悶々としているシニア男性は多いのではないのでしょうか。

また、佐久地域には移住されて何かしたいと思いつつ、つながりを持たずにどうしようかと迷っておられる男性も多いと思います。

そこで、潜在的に「経験力」「知識力」「ネットワーク力」を持つシニア男性が人生後半戦を豊かに生きるために仲間を増やして力を結集し地域社会に役立てながら楽しさを共有できる「ゆる〜い おやじの会」を立ち上げようとしています。

私たちの合言葉は「亭主元気で留守しよう!」「しばられず ゆる〜くやろう」です。定年退職したあなたも、定年退職を間近に控えているあなたも、ゆる〜く関わって人生の後半戦を私たちと一緒に楽しんでみませんか?! オンライン体験のない方は会場にお集まりください。

□ 日 時 令和3年5月18日(火) 13:30~15:00

□ 方 式 対面+オンライン併用(ハイブリッド方式)

□ 対面会場 野沢会館 201号会議室(佐久市取出町183)

□ イベント内容

1 開会の辞

2 代表あいさつ

3 祝辞 「ゆる〜い おっさんの会」(長野市)

事務局 藤澤 善博 氏

4 基調講演

信州に残る江戸時代の工芸学と足跡



# 飯綱町

俺たちだけの秘密基地をつくらう

## 特別回! だんしょうしつ 男笑室



〜まんが飯綱今昔物語から飯綱町の歴史を学ぼう〜

当日、テキストとして使用するまんが飯綱今昔物語を受講後、参加者に差し上げます。

<日 時>令和3年2月25日(木) 10:00~12:00

<場 所>メーラプラザ(普光寺920) 地域交流室

<講 師>小山 丈夫氏(いいづな歴史ふれあい館)

<対 象>町内在住の男性 <定 員>10名(先着順)

<会 費>100円(湯茶代)

<持ち物>まんが飯綱今昔物語(既にお持ちの場合)、マスク

<申込み>2月19日(金)までに飯綱町社会福祉協議会(電話)253-1001 へご連絡ください。

### 男笑室とは…?

ここは町内在住の男性限定の秘密基地です。

お茶やコーヒーを飲みながら喋ったり、将棋をしたり、ゆる〜く活動しています。今後は参加者の「やってみたいこと」「チャレンジしてみたいこと」にも取り組んでいく予定です。現在「糖

