

平成30年度「嬉野市かがやき大学」 第10回講演会

平成31年3月8日(金) 9:30~10:30
於: 嬉野市社会文化会館 リバティ

講師 レクリエーション インストラクター

森 恵美 氏

演題 「縁は宝」 ～ ときめきの人生を ～



最近、団塊の世代の高齢化に伴い、テレビ、新聞、新刊本はもとより、映画でも、特に、定年後や老後に焦点を当てたものが増えているようです。館ひろし・黒木瞳W主演の「終わった人」も本会場で先日上映されました。

高齢者にとって大きな関心は、健康のこと、年金のこと、家族のことなど共通の話題に事欠きません。身近に起こる様々な苦勞と共にこれからの老後に一抹の不安を抱えながら生活をしている人が少なくない状況だと思います。

そういう中に、森様から「縁は宝」～ときめきの人生を～ という演題で、前向きな生き方のヒントについてお示しいただきました。森様のエネルギーで多才な話術に惹きこまれ、皆さんも満面に笑みを浮かべながら、たいへん興味深く拝聴しておられました。

脳トレのお話やグーパーゲームには皆さん楽しくされていました。「元気であること、ストレスをためないこと」にも頷いておられました。特に、ストレスをためないための四点について、一つ目が「対人関係」、二つ目が「相手に寄り添う」、三つ目が「仕事のストレス」、四つ目が「お金のストレス」についても、さらに深く頷かれているようでした。ポイントを押さえた内容でひとつひとつ丁寧に、例を交えながらお話いただいたことで、メモをとっておられる方が多かったです。

3月4日の週は、福祉課の講演会でも森様に、嬉野会場、吉田会場、そして、前日には塩田会場においてご講演をいただきました。その受講者の方が2日続けてお聴きできるので楽しみだと言われていました。そこで、とてもよいお話なので、近所の人にもたくさん声をかけて誘って来たと言われていました。また、アンケートにも森様のご講演へのお礼と今後もお願いしたいという記載が多くありました。