広島大学マスターズ主催市民フォーラム

学園都市・東広島の近未来を語ろう（第 5 回）
シンポジウム 「人生100年時代の生き方・楽しみ方」 の報告

谷本 能文

多くの市民が健康で長寿を楽しめる社会を築くための取組みや実践例を紹介し、豊かな長寿社会を実現する方策を考えるため、シンポジウム「人生 100 年時代の生き方・楽しみ方」を開催した。

日 時: 2023年1月29日(日) 午後1時30分～3時30分
会 場: 市民文化センター アザレアホール (参加無料)

第1部 シンポジウム (午後1時35分～2時55分)

・「東広島市健康づくり (心技体)」	前延 国治 (東広島市副市長)
・「高齢者の学び」	山内 吉治 (東広島市熟年大学長)
・「古里の活性化に命をかけて」	為平 邦彦 (豊栄町乃美地域センター長)
・「私の生き方ー目標を持って生きよう」	牟田 泰三 (広大マスターズ会員)

第2部 総合討論 (午後3時～3時25分)

総合司会とまとめ　池田秀雄 (広大マスターズ会員)

主 催: 広大マスターズ
共 催: 広大マスターズ友の会
後 援: 東広島市・東広島市教育委員会

前延国治氏は東広島市としての取り組みの全体像と健康に関する取り組み―東広島市の健康寿命・東広島市の健幸づくりの課題など―について、山内吉治氏は人生が終わるまで「学び続けることの大切さ」や熟年大学での高齢者の学習状況などについて、為平邦彦氏は同氏の豊栄町乃美地域の魅力発信活動―「乃美大方の遺産～毛利元就・庶子の系譜～」を文献調査・整理、板鍋山登山マラソンを企画・運営など―について、牟田泰三氏は健康寿命を楽しむために目標をもって前向きに生きているという同氏の体験を、それぞれ話された。皆さんの話をまとめると、健康に注意して「具体的な目標をもって前向きに生きる」のが、人生 100 年時代の楽しい生き方かなと思った。なお、参加者は約 50 名であった。

広島大学マスターズ主催市民フォーラム
宇品都市・東広島の近未来を語ろう（第5回）
シンポジウム「人生100年時代の生き方・楽しみ方」