

令和2年10月1日

報道関係者 各位

エイジレス章 受章伝達式について

標記の件について、下記のとおり開催しますのでお知らせします。

記

- 1 日 時 10月6日(火) 午後1時30分～
- 2 場 所 市役所 本庁舎 第一応接室(3階)
- 3 受賞者 坂本 順子(さかもと じゅんこ)
- 4 概 要 別紙

有明海にひらく湧水あふれる 火山と歴史の田園都市 島原



担当：島原市 福祉課 地域福祉班 青島
電話：0957-62-8025
E-mail：fukushi@city.shimabara.lg.jp



島原守護神 しまばらん

～エイジレス章～

高齢者化社会における生き方の例として、高齢者が年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由に生き生きとした生活を送ること「エイジレス・ライフ」を実践している事例について、内閣府より取り上げられた個人または団体に与えられる章。

※令和2年度は全国で46人が受賞している。

受賞者 坂本順子（さかもと じゅんこ）
昭和22年9月4日生（73歳）

受章事例 「笑いヨガ」インストラクター

経 緯 60歳を前にボランティアとして活動を開始され、様々な事業や活動に参加し、いきいきと活動されている。

たまたまテレビを見ていて、高齢者学級の「笑いヨガ」の風景をみた。その風景がとてもよく、「こんな風に笑えて最高！」と言われていたのがとても印象的で、笑うことが少なくなった高齢者にとっての「笑いの力」の絶大さを感じた。

そこから、包括支援センターが主催するボランティアの研修で「笑いヨガ」の講習をみんなで受けた際に、リーダーになりたい方はと書類を置いて行かれ、ボランティア仲間と二人で講習を受け、笑いヨガ認定リーダーの資格を取り活動を開始した。

活動の中で、独居の高齢者や介護をされているかた、家族と離別された方などが笑いヨガに参加され、久しぶりに笑うことができたことと涙されることもある。そこから、人と人をつなぎ思いやりや分かち合いの精神にあふれる良き友達との人間関係を作る「笑いヨガの効果」を感じ、自分自身も広めるためには勉強しないといけないと思い、笑いに関する本を読んだりサイトを見たりして、さらに学びを深めている。

活 動 ご自分が従事されているボランティアの教室や、自主体操グループ、介護予防教室など多岐にわたる。

介護保険のデイサービスや敬老会、市内でおこなわれているふれあいサロンや高齢者学級、フェスタや祭り等の行事にも呼ばれることも増えており年間70回以上の活動をされている。笑いを通じて、参加する方々に笑いヨガの効果である、人と人をつなぎおもしろいや分かち合いの精神にあふれる良き友達と人間関係をつくることを目標に年齢を重ねながら生きがいをもち、いきいきと活動をされている。

受章経緯 令和2年3月に内閣府より推薦事例の依頼があっていたため、事例がないか包括支援センターへ尋ねたところ坂本氏の名前が挙がったため包括支援センターに書類の記載を依頼し、事例を推薦していたところ、エイジレス章受章へ至った。