



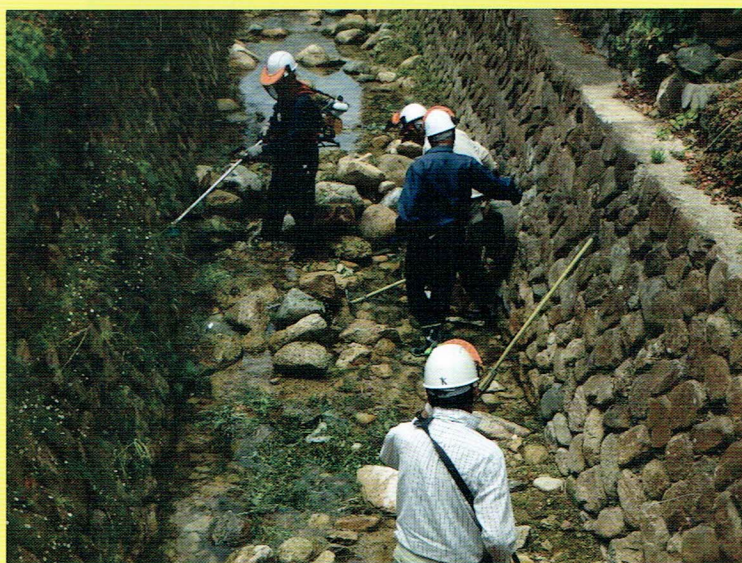
会報シルバー

たからづか

第 159 号

令和元年9月15日

編集発行：公益社団法人 宝塚市シルバー人材センター 広報委員会
〒665-0827 宝塚市小浜2丁目1番1号 TEL. 0797(81)7000 FAX. 0797(81)7040



就業風景

機械除草作業

毎年夏と秋、市内の河川などで背丈
ほどに繁茂した草を刈取り、美観や安
全、害虫の発生を抑えるなどの対策に
シルバー会員が活躍しています。
市内の現場では飛び石防止ネットな
どで安全対策を施したうえで、刈払機
で作業をしています。

(撮影・広報委員/今榮満夫)

シルバー人材センター事業普及啓発促進月間

センター事業普及啓発活動のご案内

10月には「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」として、全国各市のシルバー人材センターが、事業普及啓発活動を展開します。当センターも、センターを挙げて様々な活動を行う予定をしていますので、地区・地域班を始め、会員の皆さまの積極的なご協力をお願いします。

1、目的

令和元年度においては、「第2次会員100万人計画」を踏まえ、以下の事項を重点として、地域の特性を生かしつつ展開する。

①シルバー人材センター（以下「センター」という）未入会の高齢者に対して、シルバー人材センター事業（以下「シルバー事業」という）を周知し入会を勧誘する。

②地域社会、行政機関等関係者

に対して、シルバー事業の社会的意義や活動内容についての理解の促進を図る。

③会員・役職員に対して、シルバー事業の社会的意義の再確認と一体感の醸成を図る。

こうした取組により、シルバー事業の社会的意義、活動内容等を広く地域住民、行政機関等に理解をして頂くとともに、高齢者のセンターへの加入の働きかけ及び就業拡大に向け、本年度においても年間を通じたきめ細かな普及啓発活動に加え、令和元年10月を「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」と（以下、「普及啓発促進月間」という）と定め、効果的な普及啓発活動を展開するものとする。

2、実施期間

令和元年10月1日～31日

3、実施内容

普及啓発促進月間の展開に当たっては「シルバーの日」として、

シルバーフェアの開催、各種ボランティア活動の実施等の普及啓発活動を全国一斉かつ集中的に実施することとする。

◆主な啓発活動の実施予定

1. 駅前での啓発活動を実施

令和元年10月1日（火）、JR宝塚、阪急宝塚・逆瀬川・山本の各駅前において、センター役職員および地区・地域班の役員等による、PRチラシ等を配布しての普及啓発活動と、それに併せて清掃ボランティアを予定しています。

2. 第6回シルバーフェア開催

10月26日（土）、午前10時から午後4時まで当センター事務棟・駐車場一帯で開催致します。

今回も昨年同様に当センターのPRを主とし、独自事業の小物販売、養父市シルバー人材センター会員栽培の新鮮野菜や温石米の新米などを販売予定です。

なお、今号の配布に併せて、シルバーフェアのチラシを数部同封し

ておりますので、お知り合いの方や近隣の方へPR頂くよう、会員の皆様のご協力をお願いします。

会員の皆さま、市民の皆さまのご来場をお待ちしています。

（事業開拓委員会）

◆「令和元年度兵庫県シルバー人材センター事業推進大会」を開催

1 日時 令和元年10月30日（水）、午後1時～4時

2 場所 神戸新聞情報文化ビル 4F 松方ホール

3 交通 JR神戸駅、市営地下鉄海岸線ハーバーランド駅より徒歩約10分、高速神戸駅より徒歩約15分

4 顕彰 兵庫県知事表彰 兵士協会会長表彰

5 安全宣言 （団体、役員、会員、職員）事故ゼロ運動表彰

6 展示即売 4階ホワイエにて、午前11時～午後4時15分の間で販売

7 講演 「犯罪に巻き込まれないために」

講師 兵庫県警察本部
生活安全企画課犯罪防止
対策室

室長 深見 幸治

8 参加費 無料

9 お問合わせ

公益社団法人兵庫県シル
バー人材センター協会

☎ 078-371-8012

社会参加支援活動

◆宝塚サマーフェスタに参加

令和元年 8 月 20 日(火)、午前 11 時～午後 9 時、市立末広中央公園で「宝塚サマーフェスタ 2019 ～みんなで創ろう宝塚まつり～」が行われ、当センターは社会参加支援活動の一環として会場内の清掃のボランティアを揃いのベストを着用して行いました。また、事業開拓委員による入会案内・就業開拓などの普及啓発活動、手芸同好会による手作り小物、および EM ボカシの展示・販売を行いました。



▲公園内清掃後半の部の皆さん



▲公園内清掃前半の部の皆さん



▲ゴミ回収の様子

☆ボランティア協力者

会場内清掃(15名)

板倉 實	岩城 正巳
奥野 久美	上野 照夫
高瀬 紘一	高田 均
嶽本 則行	辻 敏昭
坪井 敬	渡海 輝明
中留 朝輝	中西 進
西口 弘	森田 照夫
吉田 隆信	



▲多くの人で賑わった展示販売

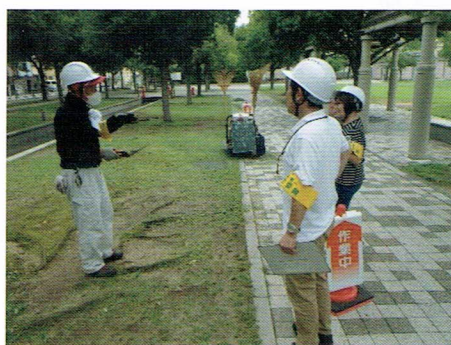
◆事務局からお礼

ボランティアで会場内の清掃、そして他のさまざまな担当コーナーでご協力いただいた会員の皆さま、お暑い中、ご協力ありがとうございました。

安全委員会だより

◆安全巡回指導を実施

令和元年 7 月 23 日(火)、安全委員による巡回指導を実施しました。今回は公園維持管理と河川の機械除草作業の現場を巡回し、各現場とも安全対策は「おおむね良好」との判定でした。



▲安全委員によるパトロール

安全就業のために

安全就業の心得 みんなで守ろう10か条

1. 日頃から健康管理に努め、常に健康な状態で就業しましょう。

●定期検診を必ず受ける。



2. 仕事の前日は十分に睡眠をとりましょう。

●疲労を回復し、気力・体力の充実を!



3. 服装・履物・保護具はそれぞれの作業に適したものを着用しましょう。

●準備万端に!



4. 仕事を始める前には準備運動をしましょう。

●アキレス腱を良く伸ばす。



5. 保護具や器具類は使用する前に必ず点検しましょう。

●安全ガード等の不備・不良がないか必ず確認する。



6. 加齢による身体の機能低下を十分認識し、無理をしないようにしましょう

●重い物は台車で運搬。(手押し台車は手前に引かない)



7. 仕事をするときは急いだり、あわてたりせず安全第一を心がけましょう。

●時間も気持ちも余裕を持って。

特に階段の昇降の際は足元を確認の上必ず手すりを持ちましょう。



8. 就業の場は常に整理整頓を心がけましょう。

●安全作業の基本です。



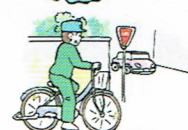
9. 共同で仕事をするときは合図・連絡を正確に行いましょう。

●お互いの安全確認を!



10. 行き帰りも仕事のうち、交通事故に遭わないようにしましょう。

●交差点では必ず一旦停止左右の安全確認を!



●6月・7月の事故内容

令和元年7月末現在

前年度	令和元年度	損 害	傷 害
6 件	2 件	2 件	3 件

事故報告

損害事故

内 容 センター車両にて除草の

残材を運搬中、前方車両が横断歩道前で停車した際にブレーキ操作が間に合わず前方車両に衝突。相手車両及び搭乗者へ損害・損傷を与えた。

注意点 運転中は周囲の安全確認を必ず実施し、車両距離に余裕をもつて運転し安全運転に努めること。

傷害事故①

内 容 帰宅途上、階段を降りる際に躓き転倒しそうになっ

たので飛び降りたところ、着地の際に左足踵を強打し、骨にヒビが入った。

注意点 就業中及び就業途上に關わらず、年齢による体力の低下も考慮のうえ、階段の昇り降りの際は足元に注意すること。

傷害事故②

内 容 屋外施設植栽管理作業中、

植栽帯内を移動中、縁石から足を踏み外した際にバランスを崩し、隣接する歩道へ転倒。その際、歩道のポールで胸を強く打ち肋骨3本を骨折した。

注意点 足元が見えにくい作業では、慎重に移動しながら作業をすること。

講習会報告

◆パソコン教室を開催

令和元年8月28日(水)、29日(木)の両日、当センター小会議室にて「パソコン教室」が開催されま

した。

元勤労市民センターパソコン教室講師の高野学氏による90分単位の入替制の講座を計6回実施し、8名のボランティアの協力を得て、延べ26名の会員が参加しました。

◆筆耕勉強会

令和元年7月31日(水)、仲田加代子会員(書道師範・賞状技法士)を講師にセンター大会議室にて、筆耕業務就業希望会員を対象とした勉強会を開催しました。

会員9名が参加し、今回は宛名などの基本的な書き方について学習しました。



▲筆耕勉強会の様子

互助会だより

◆第1回カラオケ大会開催

令和元年8月7日(水)、午前10時よりコート・ダジュール宝塚店にて、会員相互の親睦と、健康増進に寄与するため第1回カラオケ大会が開催されました。

今回は点数を競う目指せ1000点カラオケチームと、存分にカラオケを楽しむチームに分かれて開催され、会員29名が参加し自慢のどを披露しました。

なお、第2回カラオケ大会は、来年2月の開催を予定しています。



採点チーム入賞者
3位市宮会員
1位今西会員
2位坂東会員



▲カラオケ大会参加の皆さん

◆会員互助会の行事予定

今年度の会員互助会行事予定につきましては左記のとおり計画しています。参加募集については順次、「会員互助会だより」でご案内します。

1. 研修旅行

研修旅行は「淡路国、国生み伝説の伊弉諾神宮参拝と淡路の味覚」に決定しました。

同じ行程を2回実施します。日程は、10月16日(水)、10月24日(木)を予定しています。

2. 社会見学

お申込みは先般お送りした「会員互助会だより」に同封の「払込取扱票」を使い、最寄りの郵便局からお申込みください。

社会見学は「グリコピア神戸」の行程と「パナソニックミュージアム」の行程の2回実施することに決定しました。

申込要領は後日お知らせします。

◆一喜会ゴルフコンペ

6月開催予定で雨のため順延したゴルフコンペは7月5日(金)、太平洋クラブ宝塚コースで18名が参加して開催された。入賞者は次の通りでした。

優勝 中川 久義
準優勝 越田 武彦
三位 安井 修

次回コンペは9月6日(金)、大宝塚ゴルフクラブにて開催です。

事務局だより

◆当センター会員が就業中に人命救助を行い、消防署より表彰

令和元年5月24日(金)、万代逆瀬川店のカート整理業務に就業されていた木本幸二会員が、店内で意識不明になって倒れた方に対して、従業員の方々と共に心臓マッサージなどの救命措置を施し、人命救助を行いました。

この素晴らしい行為に対して、6月28日(金)宝塚市消防本部において、「消防協力章贈呈式」が行われ、木本会員に感謝状と盾が贈呈されました。

救助した時の状況を木本会員に伺うと、「突如、店内で倒れられた方が居られる、との声を聞き、すぐに駆けつけました。その際、倒れられた方は全く意識が無く、呼吸もされていない様子であった為、私は躊躇なく心臓マッサージを始め、救急隊が到着するまでの間、心臓マッサージを続けました。

幸い、以前に人命救助の講習会

で何度か心臓マッサージを教わっていたので、それが非常に役に立ちました」とのこと。また、木本会員は昨年、高齢のお母様へ心臓マッサージをした出来事もあったそうで、その経験も役に立ったそうです。

宝塚市消防本部石橋豊消防長からは、「もし心臓マッサージが遅れていたら、危なかったケースです。木本さんにはとても感謝しています」と、木本会員の行動を賞賛されていました。

木本会員の行為を誇りに思うとともに、講習会などへの参加の大切さを痛感した出来事でした。

(広報委員/佐野 純)



▲人命救助で表彰された木本会員

◆会員の状況(7月末現在)

会員数・平均年齢は7月末
入退会者は6月～7月

会 員 数	9 1 2 名
(男性会員数)	6 8 1 名
(女性会員数)	2 3 1 名
入 会 者 数	2 3 名
退 会 者 数	6 名
平 均 年 齢	7 3 . 7 歳

配 分 金

支払い日のお知らせ

9 月就業分 10 月 15 日(火)
10 月就業分 11 月 15 日(金)
11 月就業分 12 月 13 日(金)

☆お願い

就業報告書の提出は、就業完了後、または翌月の3日までに提出するようお願いいたします。

☆チラシ配布就業会員募集

事務局では、チラシなどの配布ができる方を随時募集しています。就業可能な方は事務局に「希望会員アンケート」を備えていますので、事務局窓口までお越しください。

☆清掃業務就業会員募集

清掃業務ができる方を募集しています。就業希望される方は、事務局までお問い合わせください。

☆家事援助業務就業会員募集

家事援助業務ができる方を募集しています。就業希望される方は、事務局までお問い合わせください。

会員の広場

俳句

死ぬほど暑さと言つが死にもせず

♡ 川嶋 兼雄

禍の多き島国赤とんぼ

♡ 中嶋 諒子

ある筈のなき物があり秋出水

♡ 橋本 千津子

真夜なるも虫の声する老いの耳

♡ 羽山 淳子

あおすき
青芒月の滴を吸って揺れ

♡ 丸山 長資

笛の音に浮かれしトンボ風軽し

♡ 安井 修

◆新広報委員紹介



高屋 純子

今号より広報委員会に加わりました。広報の経験が少なくて心許ないですが、女性目線の記事を増やすなど、親しみやすい内容になるよう、広報委員の皆さまと努めて参りたいと思っております。

編集後記

毎年、猛暑の時期に行われる河川敷の草刈り作業は、暑さと危険が伴う大変な作業です。この他、暑さに対する対策はけた外れで、作業に従事している方にお聞きしますと、河川敷には日陰が全くなく、橋下のわずかな日陰を求めて休憩をとられているようです。本当に炎天下の中苦労様です。▲こうした草刈り等の手入れにより、河川敷の美観や衛生が保たれているだけではなく、植物の再生や昆虫類の生息、河川の小魚などの営みにとっては大切な環境であり、生態系の保全にも一役を担っていると言えます。▲市民生活にとってこうした環境は潤いの場であり、作業に当たられている方々のご苦勞の賜物だと思います。

(広報委員) 杉山 ちよ

シルバー世代の健康管理

—— 残暑バテに注意しましょう ——

食欲がない、疲れやすい、身体がだるい、睡眠不足、目覚めが悪い、胃腸の調子が悪いなどの症状に要注意

「夏バテ・残暑バテ」とは、夏の暑さなどが原因で体調を崩すことをいいます。
これからの時期、夏の暑さによる疲れの蓄積や残暑によって体調が崩れやすくなります。

疲れた身体をしっかりとケアすることが大切です。

- ・冷房による冷え、夜間の冷えの対策(掛物で調整する)
- ・睡眠をしっかりと取る(早めに寝る。昼寝を取り入れる)
- ・ゆっくりお風呂に浸かる(38～40℃くらいの湯に10～30分くらい浸かる)
- ・栄養をしっかりと取る、ビタミンB1は疲労回復に効果あり(うなぎ、豚肉、ほうれん草、胡麻、大豆、ニンニク等に含まれる)
- ・冷たいものを控える
- ・軽い運動を心掛ける(三日坊主にならないように、いつもの歩きを大股や早歩きに変える、階段を積極的に使うなどして続ける)

日常でお困りのことはシルバー人材センターにご相談ください

高齢者の知識と経験を活かして、様々な仕事をお引き受けしています。依頼内容によっては対応できない仕事もありますので、まずお電話でお問合わせください。TEL 0797(81)7000

- ・家事援助サービス 室内清掃、窓ガラス・網戸などの清掃、食事の支度・洗濯、お部屋内の片付けや衣替え、ゴミステーションの掃除、買い物など
- ・子育て支援サービス 一般家庭内でのお子様との留守番、イベント会場内でのお子様の一時預かりなど
- ・お庭の手入れ 植木剪定・施肥、植木の水やり、雑草刈り(機械・手刈り)
- ・家屋の手入れ 簡易な大工仕事・塗装など
- ・事務サービス あて名・賞状書き、ワープロなどでの原稿づくり、パソコン操作指導など
- ・空き地・空き家管理事業 空き地・空き家を敷地の外側から現状確認を行い報告するサービス

シルバー人材センター会員募集 就業などを通じて社会参加しませんか？

シルバー人材センターの会員になるには

◎会員の条件

宝塚市在住の60歳以上の健康で働く意欲のある方で、シルバー人材センターの趣旨に賛同していただける方。

◎入会方法

入会説明会は毎月第4月曜日午後1時より開催していますので、事前に予約の上参加してください。

入会申込書・顔写真などの必要書類の提出と、会費(年額2,000円)の納入で会員となります。

*ご興味のある方は、まずはシルバー人材センター事務局までお電話でお問合わせください。



問合せ先：公益社団法人 宝塚市シルバー人材センター

〒665-0827 宝塚市小浜2丁目1番1号 TEL. 0797(81)7000 FAX. 0797(81)7040

<http://www.sjc-takarazuka.or.jp>

宝塚市シルバー人材センター

🔍 検索