



会報シルバー
たからづか

第 **154** 号

平成30年11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



宝塚の風物

高司素盞鳴(すさのお)神社

宝塚市高司2丁目

かつて蔵人村は、武庫川のたび重なる決壊で多大な被害を受けていました。古老達が集まり氏神として素盞鳴命を奉斎し祈願したのが素盞鳴神社の縁起といわれています。

当神社地は孝徳天皇の御行在所近くにあつたことから、今でも美幸、高司、御所の前などの地名が残り、境内に牛頭天王社(土社)もあつて由緒深いものです。

(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

全国のシルバー人材センターでは、10月を「シルバー人材センター事業普及促進月間」、第三土曜日「シルバーの日」と設定して、集中的な普及啓発活動を行った。当センターにおいても、事業開拓委員会や地区・地域班等、センターの組織を挙げて、普及啓発促進を設けた事業展開や就業機会の確保と提供の拡大を図る取り組みを行った。

◆第5回シルバーフェア開催

10月20日(土)、当センター事務所、駐車場において、シルバーフェアを開催した。

会場ではおなじみのフランクフルト、焼き鳥、ポップコーン、肉まん類に加えて、新しくおでんも用意した。

事務所一階フロアには当センターのPRコーナーを設け、ご来場のお客様にはアンケートにお応え



▲来場者で賑わう販売コーナー

いただいた。また、養父市シルバー人材センター等からの新鮮野菜・新米の販売もあり、こちらは近隣の方々には毎回人気のコーナーである。

また、手造り小物コーナーも大変活況であった。

多くの方々楽しんでいただき、シルバー人材センター事業に対する理解を深めていただいた。

(事業開拓委員会)

◆地区・地域班によるボランティア活動を実施

・良元2の3地域班

良元2の3地域班では、平成30年10月5日(金)、亀井町・福井町の清掃ボランティアを実施し、9名が参加。同班では、平成30年10月26日(金)には、末成町・光明町の清掃ボランティアを実施し、9名が参加。

・良元3の3地域班

良元3の3地域班では、平成30年10月15日(月)に仁川河川敷及び故仁川周辺の清掃ボランティアを実施し、4名が参加。

◆「シルバーの日」普及啓発活動、今年度は中止

例年、10月に「シルバーの日」を定めて実施していた普及啓発活動は、先般発生した台風24号の接近を考慮し、今年度は中止となり

ました。参加を予定されていた皆様、来年もよろしく願います。

安全委員会だより

●8月～9月の事故内容

平成30年9月末現在

前年度	平成30年度	損害	傷害
3件	7件		
0件	2件		

★損害事故(1件)

●内容：植木剪定作業時、清掃のために隣接駐車場で作業していた際、誤って車のバンパーに傷をつけてしまった。

●注意点：作業の際には、周囲に破損対象物の有無を確認したうえで作業すること。

事故ゼロを目指し常に安全意識をもって就業しましょう。

◆兵庫県交通安全シニア自転車大会に出場

平成30年9月14日(金)、グリーンアリーナ神戸にて兵庫県交通安全シニア自転車大会が開催され、宝塚市代表として当センターから「シルバー安全チーム」として出場した。結果は奮闘むなしく惜しくも入賞を逃したが、安全運転の意気込みは十二分に発揮していた。(安全委員会)



▲「シルバー安全チーム」のメンバー

社会参加支援活動

◆「希望の家」運動会のお手伝い

10月10日(水)、「希望の家」で開



▲ボール送り競技のお手伝い

催された運動会に、当センターからは前日のテント組立てと、当日のテント張り、競技のお手伝いに延べ21名がボランティアを行いました。当日はあいにくの天候で午前中はグラウンドで、午後は「希望の家」のホールでの開催となった。

多彩な競技に大きな歓声と拍手で大いに盛り上がり、また宝塚歌劇団OGの風さやかさんのショーでは「Y・M・C・A」の曲に合わせて皆で歌い踊り賑やかな運動会であり、「希望の家」の方々には大変喜んでいただき、また一緒に楽しませていただいた有意義なボランティアであった。

(広報委員／中嶋 諒子)

ボランティア協力者

◎準備協力者(11名)

- | | |
|--------|--------|
| 市原 則比古 | 遠藤 雅子 |
| 倉本 武保 | 高瀬 紘一 |
| 高田 均 | 中西 雄之佑 |
| 西山 孝 | 新田 豊二 |
| 日高 一郎 | 船崎 政治 |
| 盛林 柳太郎 | |

◎競技協力者(10名)

- | | |
|--------|--------|
| 板倉 實 | 市原 則比古 |
| 岡村 修 | 倉本 武保 |
| 小西 太一郎 | 高瀬 紘一 |
| 中嶋 諒子 | 中西 進 |
| 中西 雄之佑 | 日高 一郎 |

なお、希望の家では来年も10月10日に運動会を予定していますのでご協力をお願いします。

◆「ボランティアポイントカード」初のポイント達成者

平成30年4月より、ボランティアポイントカードが始まっています。当センター及び地区・地域班が主催するボランティア行事に参加した会員には、その都度、1ポイントが付与されます。ポイントが貯まると、2ポイントごとに記念品が贈呈されることとなっています。この度、初の2ポイント達成会員があり、木本常務理事より記念品の贈呈が行われました。これからも、積極的なボランティア行事への参加をお待ちしています。

なお、ポイントカードにつきましては、年度早々にお手元にお送りしていますが、見当たらない方には再発行を行いますので、事務局までお申し出下さい。



▲初のポイント達成会員(左から嶽本会員、岩城会員、西口会員)

互助会だより

◆研修旅行

平成30年度会員互助会研修旅行は山陰の宇倍神社、鳥取砂丘・砂の美術館を巡る旅で10月17日(水)・10月25日(木)の2回に分かれ、延127名が参加した。

●因幡の宮・宇倍神社

鳥居をくぐり120段余りの階段を登り、紙幣に採用されたことのある拝殿を参拝。ここはお金に縁のある神社で、全国から多くの参拝客が訪れており、宮司さんのお話を聞き、当宮に関する歴史や社殿の造形などを学んだ。



▲宇倍神社拝殿

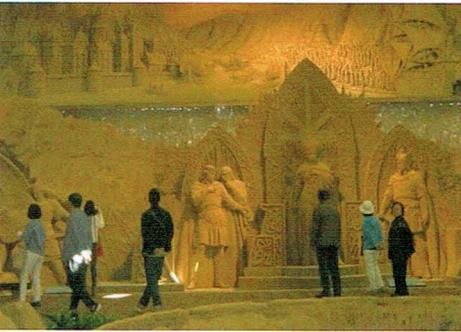
●砂の美術館と砂丘散策

鳥取砂丘に到着し、まずは砂丘会館にて、日本海の幸がふんだんに使用された豪華な昼食に舌鼓んだ後、砂と水だけで造られた「砂像彫刻」を展示する世界唯一の「砂の美術館」を見学した。

「砂で世界旅行」をコンセプトに、今年のテーマは「北欧編く美しい大自然と幻想的な物語の世界へ」と北欧を旅しているかのような砂の造形美と、雄大な砂丘を散策した。

今回の研修旅行では、地域の観光資源を最大限に活用した施設を見学し、参加した会員の視野を広げる大変、有意義な研修旅行であった。

(広報委員／中嶋諒子)



▲幻想的な砂の造形美に感動

一喜会「ゴルフコンペ」

平成30年9月7日(金)、大宝塚ゴルフクラブにて開催され、20名が参加した。成績は次のとおり。

優勝 奥 繁實

準優勝 金築 美和

三位 坂本 正志

次回のコンペは12月7日(金)、宝塚高原ゴルフクラブにて開催予定。

講習会報告

◆第3回筆耕勉強会開催

平成30年9月20日(木)、仲田加代子会員(書道師範・賞状技法士)を講師に当センター大会議室にて、筆耕業務登録希望会員を対象とした筆耕勉強会を開催した。

今回は「命名書・のし袋・のし紙の書き方」と題して、命名書・のし紙についての知識を深めた上で筆耕の練習をした。4名参加。

◆生活支援講習会を実施

兵シ協が主催する、60歳以上の

地区・地域班だより

◆長尾2の3地域班

平成30年9月10日(月)、午後1時から宝乃湯館内の「さぬきや宝塚店」にて当班初めての懇親会を開催した。今まではお互い面識もなかったが、今回は親しく班の活動方針など広く意見交換を行い、今後連絡を密にすることを確認し、大変有意義な懇親会であった。13名参加。

地区・地域班の活動報告をお待ちしています。
(事務局)

就業先訪問

「クマモト食品工業株」所有のマンション清掃業務

就業レポート

「週に一回の就業が日常生活の励みにもなっています」

花のみちにあるクマモト食品工業株式会社が所有する女性専用のマンションで清掃業務に就業する安田敏子会員を訪問した。同マンションは5階建てで20世帯が居住。女性専用ということもあり、玄関や共用部分のインテリアもなかなかおしゃれな造りである。



▲おしゃれな建物入口のエンブレム

安田会員の業務は、入り口周辺の清掃、玄関から階段、廊下の掃除機やモップ掛けなどを毎週1回、3時間半かけて行っている。

「一生懸命やっていると、いつの間にか時間が過ぎていきます。階段の上り下りがきついこともありませんが、もともと綺麗にすることが好きなのでこのお仕事は私に向いているかもしれません」と話している。



▲清掃業務中の就業会員

安田会員は当センターに入会してから約8年ほどになり、これまで3カ所のマンション清掃に従事されており、現在の就業先は、若い頃に宝塚駅周辺のホテルで仕事をしていたそうで、この辺りで働く

のは感慨深いものがあるとのこと。安田会員は、「初めは少し抵抗があったのですが、週に一回のこの就業が日常生活の変化にもなっていてなかなか楽しいですよ」と話してくれました。

発注者の声

安田会員がお世話になっている、花のみちにあるクマモト食品工業株式会社を訪ね、平野社長にいろいろなお話を伺った。

クマモト食品工業株式会社は創業90年を超える老舗の食品会社。大正時代に漬物の製造販売会社としてスタートし、現在はジャムや水あめの製造事業を行っている。



▲「シルバーさんとは、長くおつきあいがいい」と話す平野 裕資社長

戦前から戦後にかけて武庫川周辺はいちご畑が多く存在し、これらのいちごを加工したジャムを製造していた。現在は赤穂市に工場を移転し生産を行っているようだ。当センターとのつながりは約2年半前から。同社が所有する賃貸マンションの清掃業務にシルバー会員が就業している。

平野社長は「シルバー人材センターのことは以前からよく知っていました。前の清掃員が退職した際、後任には是非、シルバー人材センターにお願いしようと思っていました。いつもマンションをきれいに清掃してもらって助かっています」と感想を話されていた。

最近では年に1回ほど、社長のご自宅の植木剪定も当センターをご利用していただいているようだ。「シルバー人材センターとはこれからも長いおつきあいをさせていただきたいと思っています」と笑顔で話してくださいました。

(広報委員/佐野 純)

適正就業についてお願い

昨年より、全会員へ「シルバー人材センターのご案内(A5判の冊子)」を配布し、シルバー人材センターの就業形態等を周知していますが、今年に入り、発注者からの作業に関するお問い合わせや苦情等が増えています。

会員の皆様におかれましては、当センターの就業等について再度、ご確認頂き、今まで以上に適正就業に対する強い自覚を持って頂くとともに、法令遵守と適正就業の徹底を宜しくお願い致します。

仕事をしていただく仕組み

シルバー人材センターは、企業、家庭、官公庁から業務を受注し、それらを請負・委任または派遣での形態により、臨時的かつ短期的またはその他の軽易な業務を希望する高齢者(会員)に、働く場として就業機会の提供をします。

請負就業と派遣就業との違い

項目	請負	派遣
就業の基準	臨時的かつ短期的(おおむね月10日程度)または軽易な業務(おおむね週20時間以内)	臨時的かつ短期的または軽易な業務であり、週20時間以内の就業に限る
雇用関係の有無	なし	あり(兵庫県シルバー人材センター協会が雇用主)
発注者からの指揮命令	受けない	受ける(指揮命令者に限る)
就業の報酬	配分金(雑所得)	賃金(給与所得)
事故時の適用保険	会員自身が加入の健康保険(国民健康保険等)を適応※注記	労災保険を適応
社会保険・雇用保険の加入・適用の有無	なし	就業条件により加入が必要

※注記:

シルバー人材センターでは、会員が就業中に他人の身体や財物に損害を与えた際に補償を行う賠償責任保険と、会員が就業中にケガ等を被った場合に補償を行う団体傷害保険に加入しています(詳しくは「シルバー人材センターのしおり」を参照)。

なお、センター事務局へ届出ることなく直接、発注者と作業交渉等を行い就業した場合や、契約外の業務(作業)で発生した事故やトラブル等については、就業会員の自己負担となり、当センターの賠償保険や団体傷害保険の適応はありませんので、ご注意ください。

◆会員の状況(9月末現在)

会員数・平均年齢は9月末
入退会者は8月～9月

会 員 数	924名
(男性会員数)	691名
(女性会員数)	233名
入 会 者 数	15名
退 会 者 数	15名
平 均 年 齢	73.4歳

配 分 金

支払い日のお知らせ

11月就業分 12月14日(金)
12月就業分 1月15日(火)
1月就業分 2月15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

川柳

浮世から少し離れて酒つまい

♡富吉 博彦

しみじみと虫の声聞き一人酒

♡織山 茂

俳句

詩も曲も同時にできる小鳥くる

♡川嶋 兼雄

かみ合わぬ会話も楽し菊日和

♡中嶋 諒子

満月へ里幸供物拌みをり

♡西口 佐代子

部屋中にひろげし夜長形見分け

♡橋本 千津子

掃きよせてまた掃きよせて落葉風

♡羽山 淳子

風のまま陽射しは波に初尾花

♡丸山 長資

癌告知覚悟も乱る秋時雨

♡安井 修

編集後記

異常な暑さと大雨、地震、台風と次から次へと自然災害が続き、気が付けば秋も深まり、時に冬の気配さえ感じる季節になりました。

▲私的なことはともかく「秋はとにかく忙しい」のです。当センターにおいても運動会のボランティア、シルバーフェア、互助会研修旅行、社会見学等、次々と行事が続き、当センターの担当者は如何にして多くの会員が参加し、また楽しんでもらえるか、また、広報委員会では多彩な行事を会員の皆様にとのようにならぬか、頭を悩ましています。会員同士の親睦を深めるためにもセンターの行事に参加してみても如何でしょうか。楽しいですよ。▲「光陰矢の如し」とはよく言ったもので、あとひと月余りで平成の30年も幕を閉じます。(少し早いです)昭和・平成を生きてきた者として新しく迎える時代が平和で幸せに満ちた時代であってほしいと願っています。新しい年も楽しみます。

(広報委員／中嶋 諒子)

シルバー世代の健康管理

— 高齢者の筋力低下は運動と食事で防ぐ —

身体能力の低下は要介護リスクを高めます

- ・ 高齢になると筋肉が合成しにくくなって筋肉量が減っていきます。(要介護リスク)
- ・ 運動と食事をする事で筋力が増すメカニズムを知って改善していきましょう。

運動をするとタンパク質の合成を刺激するホルモンが出る



食事で摂ったタンパク質を分解し血液中にアミノ酸を放出



このホルモンとアミノ酸の働きで筋肉が合成される

- ・ 運動 日常生活の中で身体を動かし、外を出歩くなど運動量を増やしましょう。
- ・ 食事 タンパク質を多く含む、肉や魚、大豆製品などを摂りましょう。

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、まずお電話でお問い合わせください。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** お子様とお留守番、子どもの一時預かり、シルバー出前サービス
- ・ **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い合わせください。

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>



ホームページから