



会報シルバー

# たからづか

第 **151** 号

平成30年5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

## 最明寺滝

阪急山本駅北約1.5kmの山中にある滝。鎌倉時代に北条時頼が出家し、最明寺入道と名のり、この地に庵を結び、滝で修行したところから最明寺滝と呼ばれている。

(撮影・広報委員／今榮満夫)



## シルバー事業PR活動

4月16日(月)、17日(火)の2日間、事業開拓委員および役職員延べ10名が当センターの事業PR活動を行った。

昨年に引き続き、逆瀬川都市開発様のご協力をいただき、アピア1の2階「ふれあい広場」にて入会案内及び当センターの活動紹介、独自事業による手芸品の展示を実施し、多くの地域の方々に当センターの活動状況を身近に知っていただく機会となった。



▲PR活動の様子

## 安全委員会だより

### ●2月・3月の事故内容

損害・傷害事故ともに0件でした。なお、平成29年度の累計は左記のとおり。

| 前年度 | 平成29年度 | 損害 |    |
|-----|--------|----|----|
|     |        | 8件 | 5件 |
|     |        | 傷害 | 1件 |

これからも事故の無いよう常に安全意識を持って就業しましょう。

### ◆高齢者自転車等安全講習会

3月14日(水)、午後1時30分から3時まで高齢者自転車等安全講習会が当センター3階大会議室にて行われ、当センター会員23名が受講し、安全に関する意識高揚を図ることを目的に、JAF兵庫支部岡田氏を講師にお招きし、実例を用いた高齢者が運転する際の

注意点を学び、大変収穫の多い講習会であった。

### ◆刈払機取扱安全講習会

平成30年4月10日(火)、午後1時30分から3時30分まで、当センター3階大会議室および武庫川河川敷において、(株)日光製作所竹中氏を講師に迎え、刈払機取扱安全講習会を開催した。講習会では飛散抑制型チップソーの取扱いについて、都市公園及び河川敷公園で刈払機を使用する会員24名が受講した。



▲刈払機の取扱い説明を受ける会員

## 講習会等報告

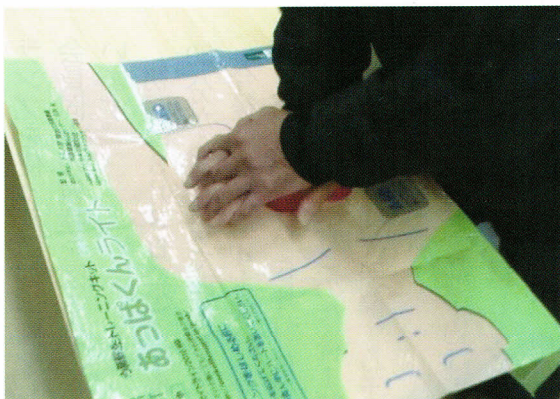
### ◆救命入門講習会

救急時の対応について学び安全意識を高めることを目的に、当センターと宝塚市消防本部との共催による救命入門講習会が、3月9日(金)、午前10時から11時30分まで、宝塚市消防本部会議室にて行われ、シルバー会員40名が参加した。

講習会は当センター木本事務局長と宝塚市消防長石橋様の挨拶のあと、救命救急士の方から宝塚市の救急統計の概要説明があった。そのあと、実際の救急時の対応方法の説明があった。救急車が到着するまでの時間は全国平均で約8.5分とされている。それまでに大切なのは傷病者の心肺蘇生の流れを覚えて実施することが大切である。まず倒れている方を発見したら「大丈夫ですか」の声かけ、その後大声で応援を呼ぶ、119番通報、AED依頼、呼吸の有無の確認、胸骨圧迫の開始、人工呼吸の実施、AEDの装着と、救急隊に引き継ぐまでにやるべきことの説明が人形等を使って行われた。



そのあとは参加者全員が心肺蘇生トレーニングキット「あっぱくん」を使って心肺蘇生の練習を行った。実際にやってみるとこれがなかなか難しく、胸骨圧迫を行うには、かなりの力とコツが必要なのが伺えた。



▲「あっぱくん」を使った心肺蘇生練習の様子

最後に当センター会員の代表3名が人形を使って心肺蘇生のシミュレーションを行い、拍手を浴びた。帰りには参加者全員が救命入門コース参加証をいただいた。貴重な情報が得られた、たいへん意義のある講習会であった。

(広報委員／佐野 純)

## ◆植木剪定講習会

平成30年3月27日(火)、植木班の就業会員の増強および技能向上を目的とした植木剪定講習会を開催し、当センター会員22名が参加した。午前中は市立教育総合センター会議室にて植木剪定の目的と必要性、肥料の施し方、病害虫対策、剪定器具の使い方、そして剪定作業時の安全対策についてテキストに沿って学んだ。午後は市立教育総合センター分室に移動し、実際に両手鋏などの道具を使用して剪定作業の実技講習を行った。芽の位置をよく確認して外芽を残すように切る、徒長枝や逆さ枝などの専門用語に苦闘しつつも参加者は剪定の技術を学んでいた。

(広報委員／今榮 満夫)



▲両手鋏を使った刈込の実習の様子

## ◆「平成29年度第2回 パソコン教室」を開催

前回開催したパソコン教室が応募者多数であったことを受け急遽、平成30年3月12日(月)、および14日(水)の両日、当センター小会議室にて、「第2回パソコン教室」を開催した。講師に元勤労市民センターパソコン教室講師・高野学氏をお招きして、90分単位の入替制の講座を計6回実施した。今回も3名のボランティアの協力を得て、会員22名が受講した。受講者からは「大変満足した」と好評であった。

## 地区・地域班活動

### ◆良元3地区合同親睦

#### 花見の会

平成30年4月2日(月)、午前11時から午後1時まで、阪神競馬場広場にて良元3地区合同親睦花見の会を開催した。

最高の晴天、満開の桜のもと、1、2、3班から合計17名の参加。

### ◆宝塚2の3地域班

#### 春の清掃ボランティア

平成30年4月4日(水)、午前10時30分から12時まで、市立スポーツセンターから大堀川周辺の清掃ボランティアを行った。その後チボリ横の公園で懇親会を行った。6名参加。

### ◆地域班総会開催情報

○良元2の1地域班

平成30年4月19日(木)、午前10時から11時30分、よりあい広場にて開催。7名出席。

○良元2の2地域班

平成30年4月10日(火)、午前9時30分から10時40分、市立西公民館にて開催。8名出席。

○良元3の2地域班

平成30年4月12日(木)、午前10時から12時、鹿塩会館にて開催。11名出席。

○長尾2の2地域班

平成30年4月15日(日)、午後0時30分から2時30分、山本野里会館にて開催。12名出席。



## 同好会活動

### ◆サークルいきいき会のご案内

会員皆様の交歓の場として「サークルいきいき会」を始めました。月1回当センター3階大会議室に集まり、堅苦しいことは無しで身体を動かす軽い体操をしたり、クロスワードを皆で解いたり、トランプを使った頭の体操をしたり、会員同士の親睦を図る会になっています。

初回は3月8日(木)、午後1時30分から4時まで開催しました。今後は毎月第4木曜日(今後3ヶ月間の予定は、5月24日、6月28日、7月26日)の午後1時30分から4時の間に開催する予定です。

会員の皆様、事前予約は不要です。お気軽にお越しください。

連絡先 会長 中島 康夫

## 事務局だより

### ◆定時総会のご案内

平成30年度定時総会が5月29

日(火)午後1時より宝塚ホテル(阪急・宝塚南口駅下車徒歩1分)にて開催の予定です。詳細は別途、送付している案内をご覧ください。

### ◆花と緑のフェスティバル

4月21日(土)・22日(日)、末広中央公園にて開催された「花と緑のフェスティバル」において当センターでは事業開拓員によるチラシ配布、独自事業の手芸品やEMボカシの販売を行った。



▲入会案内、展示即売の様子

### ☆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。

## 配 分 金

### 支払い日のお知らせ

5月就業分 6月15日(金)  
6月就業分 7月13日(金)  
7月就業分 8月15日(水)

### ◆会員の状況

#### ☆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「希望受雇アンケート」を備えていますので、事務局窓口までお越しください。

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 会 員 数                | 952名  |
| (男性会員数)              | 718名  |
| (女性会員数)              | 234名  |
| 入会者数                 | 13名   |
| 退会者数                 | 48名   |
| 平均年齢                 | 73.2歳 |
| 入退会者は2月～3月、その他は3月末現在 |       |

## 会員のひろば

### 川 柳

お酒はね百薬の長うまい薬

♥ 富吉 博彦

二刀流わくわくさせる大リーグ

♥ 織山 茂

### 俳 句

草の根にしがみついたる春の泥

♥ 川嶋 兼雄

付度の堂々巡り花筏

♥ 中嶋 諒子

五月晴れターフを駆ける三歳馬

♥ 西口 佐代子

余生など見えぬ眼鏡に若菜雨

♥ 橋本 千津子

きな臭い話も交る花の下

♥ 羽山 淳子

一時もスマホ離せぬ百千鳥

♥ 丸山 長資

過疎の村生命 寿ぐ鯉幟

♥ 安井 修

初詣願ひ咲かせて山椿

♥ 柳澤 義昭



事務局職員の職務分掌

平成30年5月1日現在

| 役職名           | 氏名            | 担当事務                                                 | 担当委員会等                               |
|---------------|---------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 常務理事兼<br>事務局長 | 木本 丈志         | 統括事務管理                                               | 総会、理事会                               |
| 参 与           | 岩木 栄二         | 統括事務管理補佐                                             | 事業開拓委員会                              |
| 事務局次長         | 後中 優          | 統括事務管理補佐                                             | 総会、理事会                               |
| 主 査           | 米谷 慎二         | 渉外業務統括、職業紹介事業<br>社会活動サービス                            | 就業適正化委員会                             |
| 主 査           | 武内 康彦         | 庶務業務統括、経理事務                                          |                                      |
| 主 任           | 筒井 宏明         | 渉外業務統括補佐、管理群(屋外公共)<br>一般作業群(屋外公共、機械除草)               | 事業開拓委員会<br>安全委員会<br>就業適正化委員会         |
| 職 員           | 大仲 洋平         | 管理群(屋内公共、企業)<br>一般作業群(屋内公共、企業)<br>シルバー派遣事業           | 広報委員会<br>ホームページ<br>安全推進員<br>就業適正化委員会 |
| 職 員           | 藪田 淳          | 技能群(植木剪定、大工、塗装)<br>管理群(屋外企業)、庶務・経理事務<br>補助金申請        | 会員互助会                                |
| 職 員           | 谷口 京子         | 庶務・経理事務、伝票入力等                                        | 会員互助会                                |
| 臨時職員          | 宮原 里佳         | 技術群(講師、翻訳、縫製等)<br>一般作業群、サービス群(家事援助)<br>管理群(屋外管理)     |                                      |
| 臨時職員          | おおごえ<br>大峠 一三 | 一般作業群(手除草)<br>技能群(襖、網戸、障子、畳)                         |                                      |
| 臨時職員          | 尾崎 信子         | 事務群(筆耕、宛名書き、事務)<br>折衝外交群(店番、検針、配達)<br>一般作業群(内職)、独自事業 |                                      |
| 臨時職員          | 藤原 みどり        | 子育て支援サービス、ボランティア                                     |                                      |
| 就業開拓推進員       | 中島 征二         | 就業開拓                                                 |                                      |
| 就業開拓推進員       | 船崎 政治         | 就業開拓                                                 |                                      |

編集後記

「宝塚に来ると、花のみちを歩くのが楽しみなのよ」と観劇帰りの女性が話しているのを耳にしてうれしくなった。何故なら、花のみちの花弁類は当センター会員が心を込めて管理しているからです。▲河川敷の除草や清掃、スパーではカートやかごの整理、路上喫煙や放置自転車の啓発等々、日常生活の中に当センター会員が生き生きと就業している様子を目にすることができます。▲人生における究極の幸せとは、という問いにあるお坊さんが「愛されること」「ほめられること」「役に立つこと」「必要とされること」と答えていました。「愛されること」はともかくとして、あとの三つについては、まさしくシルバー人材センターの理念に通ずると感じ、大げさかもしれませんが、シルバー人材センターの会員は究極の幸せの中で就業されているのでは、と思います。この幸せを積み重ねて限られた人生を一日一日、大切に幸せに過ごしていけたらと思います。

(広報委員／中嶋 諒子)



## シルバー世代の健康管理 — 高齢者と脳梗塞 —

脳の血管に血栓が詰まると脳梗塞を引き起こします。血管が傷ついたり、破れたりして出血が起こると、止血のために凝固の性質が働き、傷ついた血管を栓で塞ぐように血の塊ができることから「血栓」と呼ばれています

### 次のような症状があればすぐに医療機関へ

身体の片側のまひやしびれ、顔がゆがむ、言葉がうまくしゃべれない、視野が欠けるなどの症状。

### 異変を感じたら

異変を感じた後、タクシーなどで病院に向かうと、緊急性がないと判断されて、長時間待たされてしまうことにもなりかねません。途中で症状が急変するかもしれませんし、渋滞に巻き込まれる恐れもあります。脳梗塞の専門病院に運んでもらうためにも、救急車をためらいなく呼ぶことが重要です。

### 予防の近道は危険因子を減らすことです

脳梗塞の主な危険因子は、高血圧、糖尿病、心房細動（不整脈の一種）、脂質異常症、メタボリック症候群、慢性腎臓病などの生活習慣病です。しっかり治療しましょう。

睡眠時無呼吸症候群や、熱い風呂の入浴も血栓をつくる要因となり得ます。

## 日常でお困りのことはシルバー人材センターにご相談下さい

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      | 網戸の張替、障子・襖の張替、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13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  
はこちら