

会報シルバー

たからづか

第 **143** 号

平成29年1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

寶布神社

推古天皇18年(610年)の創建と伝えられる。衣・食・財の守護神、縁結びの神様。環境保全地区に指定されている広大な境内は、自然がいっぱいです。

(撮影・広報委員/長谷川 克己)

鶴舞 つるまう
ゆったりと空に白鶴の舞う
めでたきまじの春

(書・福井カツ子(峰月) 会員)



新年のご挨拶



理事長

古村 宏太郎

公益社団法人
宝塚市シルバー人材センター

新年明けましておめでとうございます。
皆様にはお健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。
旧年中は、宝塚市をはじめ各関係者の皆様方には、当シルバー人

材センター事業の推進にあたり、温かいご支援を賜りありがとうございました。ここに改めて心から厚くお礼申し上げます。

また、会員の皆様におかれましても平素から真心のこもった就業に努めていただいていることに対し、厚くお礼申し上げます。

団塊の世代が後期高齢者に突入するとされる、2025年(平成37年)には、医療や介護のニーズも急増することから、平成26年6月、医療介護総合確保推進法が公布され、同法により、医療法、介護保険法等が改正されました。

「地域包括ケアシステム」と言った生活支援サービスを実施させ、最後まで自宅で過ごせるまちづくりを目指していくことになっております。

今後は、高齢者が生活支援サービスの受け手から、担い手になる時代です。その担い手として、シルバー人材センターの活躍が期待されています。

シルバー人材センターの会員は、同世代の高齢者と比較して要支援、要介護になる率が低いと言

われています。会員の就業目的の一つである「健康維持」という面で、図らずも介護予防対策に大きな成果を上げています。

今日の当シルバー人材センター事業の課題は「会員の増強」「就業機会の拡大」と共に「女性会員の活躍」が最重要課題であります。

高齢化が進む今日、高齢者が健康で意欲と能力を発揮し、年齢に関わりなく働き続けることのできる「生涯現役社会」の実現に向け、60歳以上の高齢者の受け皿としてシルバー人材センターの役割がますます重要になっていきます。

ご承知のとおり、シルバー人材センターは各地域の高齢者が、その居住する地域を単位に連帯し、「共に働き」「共に助け合っていく」ことを基本としつつ、就業を促進することにより、活動的な生活能力により、その家族や地域社会に活力を生み出し、ひいては、地域社会の活性化と福祉の増進につなげていくことができると共に、会員の自主的な組織参加と労働力の発揮により、豊かで積極的な高齢期における生きがいの充実を図ることができると考えるところ

であります。

シルバー人材センターは公益社団法人として、営利を目的とする団体でないことはもちろん、それ以上に高齢社会を支える役割を果たすものであり、公共的・公益的性格を有するもので、今日の社会に欠かすことのできない存在であると言えます。

さらにセンターの地域活動やボランティア活動等は、会員の社会参加を促進するとともに、「仲間づくり」や「居場所」としての機能を拡充し、生きがいある生活を支援しています。

また、会員の互助会事業につきましては、平成29年度においても定例となっているボウリング大会、工場見学会、日帰り研修旅行などを実施するほか、会員各位のご意見に耳を傾けながら、ますますの親睦・融和が図れる事業を展開するよう努めてまいります。

最後になりましたが、皆様方の益々のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

新年のご挨拶



宝塚市長

中川 智子

新年あけましておめでとうございませう。

皆様方におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

貴センター会員の皆様方には、平素から誠実で丁寧な仕事ぶりや地域でのボランティア活動により、地域や市民の支えとなっていただいておりますこと、厚くお礼を申し上げます。



さて、現在日本では、世界に例を見ない速さで高齢化が進展しており、本市においても、すでに市民の4人に1人が65歳以上の高齢者という「超高齢社会」に入っています。

本市は一昨年、日本で2番目に、WHO（世界保健機構）エイジフレンドリーシティ・グローバルネットワークへの参加が承認され、高齢者にやさしいまちづくりを目指して様々な施策に取り組んでいるところですが、今年度中には、「宝塚市労働施策推進計画」を策定し、高齢者の方の働く場の確保に向けてより一層支援を図っていきたく考えております。本計画においては、「働く意欲を持つすべての人の希望の実現」を基本理念に掲げ、誰もがいきいきと働くことのできる環境の実現を目指しています。その中でも、貴センターの担う役割はますます大きくなっていくと認識しております。

今年度から、貴センターとは「空地及び空き家等の適正な管理の推進に関する協定」を結び、空き地や空き家の管理にご尽力いただいています。管理が行き届いていない

空き家等は、安全性や公衆衛生面から見ても、市民の皆様の生活に悪影響を及ぼします。この取組みは、普段から地域に目を配らせ、地域と密着して就業されている貴センター会員の皆様のお力添えがあつてこそだと思ひます。

今後も、さらに多くの方に入会していただくとともに、会員のニーズに応えられる就業機会の開拓に積極的に取り組んでいただき、ますます充実・発展されることを大いに期待いたしてあります。

結びに、貴センターのますますのご発展と、皆様方のご健勝とご多幸を祈念いたしまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

新春インタビュー

新年号の企画として宝塚市シルバー人材センターの最高齢の男性会員、女性会員のインタビューをお届けします。お二人とも90歳に近い高齢ですが、今も現役ではつらつと就業中です。その仕事の内容や新年の抱負、そして長寿の秘訣なども尋ねてみました。

この仕事が生生活の一部になっています

内田 和久会員（88歳）



「シルバーでの今の仕事の内容は」

内田 花のみちの花壇管理業務です。花のみち一帯に植えてある花木類の手入れや清掃が主な仕事です。肥料やり、害虫対策、落ち葉や雑草の手入れなど、季節によっていろいろな作業をやっています。

「なかなか大変そうなお仕事と思いますが」

内田 花のみちは全長500メートルほどあるのですが、その間に多くの木々や花々が育っています。いつも見栄えよくキレイに保つために努力しています。

「続けていける秘訣はなんでしょうか」

内田 やっぱり花や緑を育てることが好きなのが一番の理由ですね。しんどいと思った事は一度もないです。以前は一人で就業していましたが、今は二人になり作業は大変楽になりました。最近は生活の一部になっています。

「この仕事でうれしかったことはどのようなことですか」

内田 花のみち近隣の方や散歩コースにされている方などと顔なじみになっているので、挨拶を交わすのも楽しみです。それと、この辺りは観光客や宝塚歌劇観劇の方でいつも賑わっています。訪れた人々から、いつもキレイですねと声をかけていただくと、とてもうれいですね。



▲バラの剪定作業

「男性の会員の中では最高齢になりますが、長寿の秘訣は何でしょうか」

内田 あまり深く考えた事は無いですが、子供の頃から体力には自信がありましたね。それと家内が料理が上手なので、何でも好き嫌いなく食べている事も長寿の理由かもしれません。少し視力は落ちましたがとても元気です。

「今、楽しみにされていることは何ですか」

内田 最近では家内と二人で競馬に凝っています。競馬場が近いので週末競走馬を眺めたり馬券を買っ

たり、適度に興奮して楽しいものですよ。

「新しい年の抱負はありますか」

内田 改めて新しいことはないですが、この仕事がとても気に入っているの、今年も一生懸命やっています。



今年も、主人と二人で旅行に行けたらいいなと思っています

橋本 清美会員(87歳)

「シルバーでの今の仕事の内容は」

橋本 筆耕の仕事をやっています。シルバー人材センターの会員になったのが平成8年ですから、約20年ほどやっていることになります。

「最初のきっかけは何だったんでしょうか」

橋本 筆耕の講習会のチラシが自宅に入っていたんです。これなら自分でも出来そうだと思って参加しました。講習会でいろいろ教えてもらって、それから仕事を始めました。

「文字を書く事に自信があったのですか」

橋本 書道の段を持っていた訳ではないですが、子供の頃から父親に教えられてずいぶん練習をしていました。筆文字は少しは上手かなと思っています。

「どのような筆耕の依頼がありますか」

橋本 案内状などの宛名書きが中心ですね。結婚式や宝塚歌劇関係の方の挨拶状などが多いです。年

賀状も昔は多かったですが、最近
はパソコンの普及で減っているよ
うです。あとは表彰状の筆耕もあ
ります。



▲気持ちを込めて宛名書き

「この仕事を20年も続けられて、
いつも元気でぱつぱつとされて
いますが、長寿で元気の秘訣は何
でしょうか」

橋本 何でしょうね(笑)。いくつ
か病氣もしましたが今はとても元
気です。食事をきちんと摂って毎
日を忙しく過ごす事でしょうか。
じっとしている事が苦手なので、
お友達と会ったり主人と出かけた
り。クルマの運転もまだ現役です。

「趣味や特技はありますか」

橋本 若い頃から洋裁が得意でし
た。今でも時間があればいろんな

ものを作っています。それから、
主人と旅行をするのが好きなん
です。今年で結婚生活65年になり
ますが、毎年のようにどこかへ出
かけています。船で日本一周をし
た事もあるんですよ。

「新しい年の抱負はありますか」

橋本 そうですね。何も不幸な事
が起こらないと言うのが一番の抱
負でしょうか。そして今年も、主
人と二人でどこかの温泉にも行
けたらいいなと思っています。

貴重なお時間を拝借しお話を伺
うことができました。
お二人ともますますお元気で就
業してくださいを祈念いた
します。

(広報委員/佐野 純)



安全委員会だより

●10月～11月の事故内容

平成28年11月末現在

前年度	平成28年度	損害	傷害
9件	4件		1件
3件			

★損害事故 1件

●内容…機械除草作業中、飛散し
た石によって走行中車両のリア
サイドガラスを破損させた。

●注意点…作業の際には、周囲の
状況を考慮し、安全対策を十分
に配慮したうえで作業するこ
と。

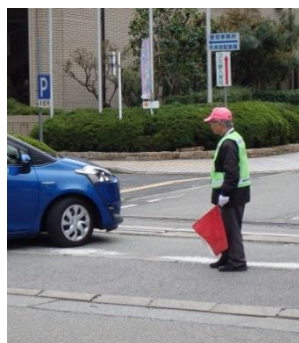
事故の無いよう常に安全意識を持
って就業しましょう。

社会参加支援活動

ボランティア

◆「キャピリンピック」の お手伝い

平成28年11月6日(日)、宝塚
市障がい者運動会・第36回キャピ
リンピックが行われた。競技場の
設営・撤去と駐車場の案内に当セ
ンター会員18名がボランティア
を行った。



▲車両を駐車場へ案内

天気予報は少し寒くなること
のことであつたが幸い雨は降らな
かつたものの、午後の競技が始まる
頃には冷たい風が吹きだしてじつ
としていると身震いする程の寒さ
になった。



▲徒競走の順位の判定お手伝い

十数張りのテントの設営・撤去
駐車で長い時間立ちつめの案
内は相当堪えたが参加者全員、事
故やケガもなく予定の時間通り無
事終了した。



▲テント設営に協力

ボランティア協力者(18名)

井垣 六郎 小西 太一郎
小林 義夫 島谷 信次郎
白井 修 杉谷 安正
西口 弘 西山 孝
新田 豊一 野上 高歩
長谷川 克己 日高 一郎
平山 保孝 丸山 長資
山本 勉 吉岡 富勝
四谷 光造 山岡 照幸

(広報委員／長谷川 克己)

講習会報告

◆筆耕講習会

平成28年11月10日(木)、13時
30分～15時30分、当センター3
階大会議室において、日本書芸院
二科審査会員の塩谷寿影氏を講師
にお招きして「筆耕講習会」を開催
し会員6名が受講した。

◆家庭内清掃講習会

平成28年11月11日(金)、13時

30分～15時30分、当センター3
階大会議室において、(有)ゼン・
クリーンサービス取締役下井悟氏
を講師にお招きして「家庭内清掃
講習会」を開催し会員16名が受講
した。
年末に近いこの時期、普段の清
掃に少しの工夫を加えることで、
随分と出来映えが違ってくること
を学び、今後の就業での技術向上
につながる内容であった。



▲洗剤の説明を熱心に聞く

地区・地域班活動

◆良元3地区合同親睦会

平成28年10月14日(金)、良元
3地区が合同親睦会を行った。「か

ねふくめんたいパーク神戸三田」
と「グリーンビル神戸工場」の見
学に男女14名が参加し大いに親
睦を深めた。

◆良元2の1地域班

末広小学校花壇の清掃

平成28年10月27日(木)、9時
30分～12時、地域社会への貢献
と学校美化の一助に今年も3名が
参加してボランティアを行った。

◆良元2の2地域班

健康ウォーキング

平成28年12月6日(火)、9時
45分～14時30分、逆瀬川駅から
甲山・森林公園を経て仁川駅まで
7名が参加して健康ウォーキング
を行った。

◆良元2の3地域班(その1)

地域内清掃(福井町、亀井町)

平成28年10月6日(木)、10時
～11時、地域内(福井町、亀井町)
の清掃ボランティアを行った。7
名参加。

◆良元2の3地域班その2

地域内清掃(末広町、光明町)

平成28年10月27日(木)、10時
～11時、地域内(末広町、光明町)
の清掃ボランティアを行った。5
名参加。



▲清掃ボランティアの様子

◆良元3の1地域班

武庫川河川敷清掃

平成28年10月19日(水)、11時
～12時、6名が参加して武庫川河
川敷の清掃を行った。会員の親
睦・交流、そして地域への貢献の
ため毎年行っているが、今回は例
年に比べて参加者が少なかったの
で、来年は参加者が増えることを
期待したい。

◆宝塚1の2地域班

盆踊り大会設営お手伝い

平成28年7月22日(金)、9時
～14時、宝小コミュニティ(まち
づくり協議会)盆踊り大会のテン
ト設営のお手伝いに4名が参加し
地域団体と交流、親睦を図った。

◆長尾2の2地域班

親睦ハイキング

平成28年12月4日(日)、7名
が参加して箕面へ親睦ハイキング
を行った。天気が気掛かりであつ
たが、何とか雨にも遭わず和やか
なうちに帰路についた。

◆地域班総会開催状況

○宝塚2の3地域班

平成28年10月20日(木)、10時
～11時30分、シルバー人材セン
ター会議室にて、9名出席。

地域班の活動報告をお待ちして
います。

(事務局)

互助会活動

◆互助会研修旅行

平成28年度研修旅行は「岡山後
楽園と秋の味覚料理」と題して11
月16日(水)、22日(火)の2回に
分けて行われ延べ172名の会員
が参加した。

後楽園は1700年岡山藩主
池田綱政の憩いの場として14年
の歳月をかけて完成させた回遊式
庭園である。日本三名園の一つで、
国の「特別名勝」に指定されてい
る歴史的文化遺産である。



▲回遊式のすばらしい庭園

ガイドさんの説明を聞きなが
ら広々とした庭園の移り変わる風
情ある景色に心を和ませ、また旭
川の対岸には漆黒の岡山城(別
名・烏城)が秋の空に堂々とそびえ
立ち、紅葉した木々が趣を添え何
とも美しい姿であった。



▲川の対岸にそびえる岡山城

昼食は岡山の秋の食材を贅沢
に使ったお料理でどれも美味しく
和やかな時を過ごした。

岡山ワイナリーの工場見学と
ワインの試飲のあと道の駅に寄り
帰路に着いた。

行く道中の車窓から眺めた山々の紅葉の美しさと「晴れの国」岡山の歴史と文化にふれ食を堪能した実りある楽しい研修旅行であった。

(広報委員／中嶋 諒子)

◆一喜会ゴルフコンペ

平成28年12月2日(金)、一喜会ゴルフコンペが宝塚クラシックゴルフ倶楽部で行われた。絶好のゴルフ日和、24名が参加し、日頃の腕を競い合った。

成績は次のとおり。

優勝 杉田 利雄
二位 六車 隆治
三位 山崎 一

なお、次回は3月3日(金)、の実施予定です。

事務局だより

◆管理人募集に関する 情報提供について

平成29年4月1日からの宝塚市立自転車等駐車場の指定管理者

については、民間事業者であるサイカパーキング(株)となる事が、宝塚市議会本会議において可決され、同時に、事業の質の確保と高齢者雇用の継続に関する附帯決議がなされました。

その附帯決議に基づき、宝塚市より新しい指定管理者によるハローワークでの管理人募集の情報提供が有りましたので、以下のとおりお知らせします。

○募集開始

平成29年1月16日(月)から

○募集窓口

全国のハローワークで閲覧可能

〈宝塚地区担当〉

・ハローワーク西宮

西宮市青木町2-11

電話 0798-75-6711

・ワークサポート宝塚

宝塚市栄町2-1-2

ソリオ2 7F

電話 0797-81-4400

◆養父市シルバー主催 野菜収穫祭に参加

平成28年11月19日(土)、養父市シルバー人材センター主催の野菜収穫祭に男性11名、女性10名が参加した。奇しくも同じ催しに明石市シルバー人材センターの会員もバス2台で70名の方が参加され、併せて90名以上の参加という賑わいであった。



▲たくさんの野菜が収穫を待っていた

雨上がりのぬかるんだ畑に一度に大勢が入り込んでの収穫は壮観で、それぞれがお目当ての野菜を配られた袋一杯に、これでもか!という位に詰め込んでいた。昼食は近くの「あゆ公園」でバ

ーベキュー、そして丸々と太った落ち鮎が付くという豪華版で、明石市シルバー人材センターとの交流も深め大いに盛り上がった。



▲養父市シルバー会員が育てた野菜

昼食後、当センターは紅葉が見事な養父神社に参拝。帰路も「道の駅」に立ち寄って追加の土産に野菜を買って、さらに重くなった荷物を持ち、予定より少し遅れたが事故もなく無事に帰り着いた。

(広報委員／長谷川 克己)

◆野菜の販売

平成28年12月20日(火)、午前10時から養父市シルバー人材センター会員が丹精込めて育てた新鮮野菜の販売を当センター玄関前に行行った。

会員数	1,135名
入会者	17名
退会者	15名
平均年齢	72.4歳

会員のおくやみ	
儀利古 一公	77歳

10月～11月末、その他は11月末
(入退会者と会員のおくやみは)

◆会員の状況

(広報委員／長谷川 克己)

前日午後に届いた大根、白菜、
葱が割安価格で並び、事前に就業
機会創出員が近隣住民の方々にチ
ラシを配布してPRに努めたこと
もあり、用意した野菜はその日の
うちに完売した。



▲早朝からおおいに賑わった

☆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。

☆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しま
す。

配 分 金

支払い日のお知らせ

1月就業分 2月15日(水)
2月就業分 3月15日(水)
3月就業分 4月15日(金)

会員のひろば

川 柳

急に来て話があると寒い顔

♥ 富吉 博彦

勤労奉仕心身洗う宮水で

♥ 織山 茂

俳 句

初苗若水汲んで祝膳

♥ 川嶋 兼雄

初明り心あらたに参道をゆく
みち

♥ 園田 昌代

生き方のちがふ二人に初あかり

♥ 中嶋 諒子

手料理の仕上り間近か初あかり

♥ 西口 佐代子

二人して一つの願ひ初あかり

♥ 橋本 千津子

カラス二羽影絵のごとく初明かり

♥ 羽山 淳子

初明り生活リズム乱れたり

♥ 丸山 長資

若竹や岩突き破り仁王立ち

♥ 安井 修

編集後記

2015年の国勢調査によると日
本の総人口は約1億2709万人。
65歳以上は約3346万人で、総
人口の26%を超えて過去最高を
記録。いよいよ、世界に類を見な
い超高齢化社会の到来である。医
療業界の人材不足、社会保障費の
増大、生産年齢人口の減少など、
シビアな課題も多い。▲しかし当
センターの会員と同じように、高
齢でも元気に頑張っている人々も
いる。沖縄県小浜島で活動する唄
と踊りのアイドルユニット「K B
G 84」は平均年齢84歳のおばあ
ちゃんたちのグループだ。NHK
の朝ドラ「ちゅらさん」の舞台に
もなった小浜島で、「高齢社会の
希望になる」を合い言葉に結成さ
れた。センターを努めるのは最高
齢の山城ハルさん(97)と目仲ト
ミさん(92)の二人。その回りを
「80歳代の若手のメンバー」が固
めている。70歳代はまだ研究生だ。
東京のホテルでもライブを行い、
観客を喜ばせたそう。▲彼女達
を見ていると、齢を重ねる事が楽
しくなる気がしてきた。

(広報委員／佐野 純)

シルバー世代の健康管理

— インフルエンザ・ノロウイルスに気をつけよう —

毎年1月～3月にかけてインフルエンザやノロウイルスの患者数が激増します
特に高齢者や幼児は感染するリスクが高まります

インフルエンザ予防対策のポイント

- ・こまめな手洗い 外出から帰宅時などに指先、指の間、爪の間、手首、手のしわを入念に
- ・休養、栄養、水分補給 体力が衰えるとかかりやすくなる
- ・うがい・マスク 外出から帰るとうがいをする、また、外出中はマスクで予防する
- ・適度な室内の加湿、換気 インフルエンザウイルスは温度22℃、湿度50%では5%程度に減少します
- ・予防接種 65歳以上の方は予防接種法に基づく定期インフルエンザ予防接種対象者になっています かかりつけ医などによく相談して接種するようにしてください

ノロウイルス予防対策のポイント

- ・こまめな手洗い 調理前や食事前、トイレの後などに指先、指の間、爪の間、手首、手のしわを入念に
- ・食品はしっかり加熱して 肉類や貝類は中心部まで85～90℃で90秒ほどしっかり加熱する
- ・キッチンや調理器具の消毒 調理器具は洗剤で洗浄し、85℃の熱湯で約1分加熱殺菌する

日常でお困りのことはシルバ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 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

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>