



会報シルバー

たからづか

第

141

号

平成28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

宝塚の風物

宝塚ホテル

大正15年開業。大正ロマン薫る旧館は開業時の建物で、県指定景観形成重要建物として指定されている。設計は阪神間モダニズムを代表する建築家・古塚正治氏である。

(撮影／長谷川 克己)



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

二、実施期間

10月1日～10月31日

三、実施内容

- (一) 全シ協、兵シ協が主催する普及啓発事業への参加
- (二) 地域団体への地域貢献ボランティアの参加
- (三) 入会の促進、とりわけ女性会員の入会促進
- (四) 就業機会の確保・拡大に努める
- (五) 安全就業の推進と健康管理の徹底
- (六) 10月の「シルバーの日」に併せ、地区・地域班をはじめ役職員による駅前などの普及啓発活動の展開
- (七) シルバーフェアの開催

◆主な啓発活動の実施予定

駅前での普及啓発活動を実施

一、目的
シルバー人材センター事業の社会的意義、また、その活動内容を広く地域住民の皆様や行政機関などにご理解いただくとともに、センターへの入会の働きかけ、および就業機会の拡大に向けた、年間を通じた活動に加え、より一層効果的な普及啓発活動を展開します。

昨年に引き続き、阪急宝塚、JR宝塚、阪急逆瀬川、阪急山本の各駅前において、センター役職員、

事業開拓員、および地区・地域班の役員がPRチラシ、ポケットティッシュなどを配布して普及啓発活動と、清掃ボランティアを予定しています。

なお、今年は10月3日(月)に行います。会員の皆様のご協力をお願いいたします。

「第3回シルバーフェア」開催

10月15日(土)、9時から16時までセンター事務所、駐車場内で開催致します。

過去2回、会場に使用させていただいていた市役所の市民ホールが改修工事のため、今回は日程を縮小し、当センターのPR、独自事業の小物販売、養父市シルバー人材センター会員が栽培した無農薬の新米、同じく無農薬の野菜販売などを行います。

つきましては、会員の皆様、市民の方々のご来場をお待ちしています。

兵庫県シルバー人材センター協会からのご案内

◆「平成28年度兵庫県シルバー人材センター事業推進大会開催のご案内」

日時 平成28年10月20日(木)、

13時～16時

場所 神戸新聞文化情報ビル4F

松方ホール

神戸市中央区東川崎町

1-5-7

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

※表彰式 永年会員・職員表彰、安永就業事故ゼロ運動表彰

※展示即売 トレーニング

※講演「楽しく実践！認知症予防

予防老年学研究部長

※講師 国立長寿医療研究センター

鳥田 裕之氏

※参加無料 参加者に粗品進呈
お問い合わせ先

公益社団法人兵庫県シルバー人材センター協会

(事業開拓委員会)

078-371-8012

社会参加支援活動

◆宝塚サマーフェスタに参加

8月24日(水)、11時～22時、市立末広中央公園で「宝塚サマーフェスタ2016」がみなで創ろう宝塚祭り」が行われた。毎年行われている夏の風物詩で今年は熊本の復興支援のため、熊本の物産販売も行われ、くまモンの登場もあった。例年以上の盛り上がりを見た。当センターは社会参加支援活動の一環として毎年会場内の清掃と自転車整理のボランティアを行い、また事業開拓委員による入会活動・就業機会創出員による普及啓発活動、子育て支援班による親子物づくりコーナーの開設、手芸同好会による手作り小物の展示・販売やEMポカシの販売を行った。



▲理事長挨拶



▲駐輪場整理の様子



▲会場内清掃の様子

☆ボランティア協力者

会場内清掃班(18名)

板倉 實	岩城 正巳
上野 照夫	小西 太一郎
島谷 信次郎	杉谷 安正
高瀬 紘一	嶽本 則行
田中 誠	辻田 順次
渡海 輝明	中西 進
平尾 茂樹	増本 ミキ
松村 克嗣	山岡 照幸
山崎 友之	四谷 光造

自転車整理班(20名)

石川 敏雄	魚座 征一郎
内橋 監	大川 忠利
太田原 将之	柴田 恒雄
辻 敏昭	土川 源治郎
中留 朝輝	中山 輝雄
西口 弘	西山 孝
長谷川 克己	日高 一郎
山口 利男	山根 勉
平山 保孝	中多 武士
中島 正明	和田 芳明

親子物づくりコーナー(9名)

安達 早苗	今西 紀美子
杉山 ちよ	田村 園子
鳥巢 由美子	長岡 桂子
中嶋 諒子	平石 峯子
吉田 美代子	

事務局からお礼

ボランティアで会場内の清掃、自転車整理、親子物づくりコーナーにご協力いただいた会員の皆様、お暑い中、最後まで本当にありがとうございました。



▲復興支援のために「くまモン」登場



▲子育て支援班による親子物づくりコーナーの様子

安全委員会だより

6月～7月の事故内容

平成28年7月末現在

	平成28年度	前年度
損害	2件	2件
傷害	1件	3件

★損害事故1件

●**内容** 定期清掃にてポリッシャーを使用中、窓ガラスと接触し、ガラスにヒビが入った。

●**注意点** 機械を使用して作業する際には、使用方法及び使用範囲を守るとともに、動作に余裕を持って作業すること。

★傷害事故1件

●**内容** 植木剪定中、地上高1.7mの塀上で作業中、足を踏み外して転落。右足踵を骨折した。

●**注意点** 高所での作業の際は、

安全帯の使用を徹底するとともに、安全帯が使用出来ない不安定な場所では作業を行わずに、脚立等を使用して作業すること。

◆安全巡回指導を実施

8月8日(月)、13時～14時30分、安全委員会は予告なく抜き打ちで公園班の除草作業の巡回指導を行った。ヘルメットの着用をはじめ除草作業を行うのに相応しい服装、装備など正しく整えられて作業が行われていることを確認し、この後も引き続き安全作業の継続をお願いした。併せて酷暑のこの時期、くれぐれも熱中症対策に万全を期していただくことを重ねてお願いした。

(安全委員会)



▲巡回指導を行う安全委員

地区・地域班活動

◆良元2の1地域班

末広小学校ビオトープの下草刈りと清掃のボランティア

6月21日(火)、9時30分～12時まで、地域社会への貢献と小学校の美化の一助にと毎年行っているボランティアを行った。前日の雨で足元の悪い中ではあったが、参加者5名が快い汗を流し、予定どおり終えることができた。



▲清掃ボランティアに汗を流す地域班会員

◆良元3の2地域班

親睦ハイキング

7月21日(木)、9時30分、8名の参加で実施。池田市の呉服神社、五月山公園、池田城跡公園など五月山のふもとの名所、旧跡を巡り暑い中、快い汗を流した一日であった。



▲池田城跡公園 櫓風展望休憩舎

◆地域班総会開催状況

○良元3の1地域班

6月16日(木)、15時～16時、くらんど人権センターにて、8名出席。

○長尾1の4地域班

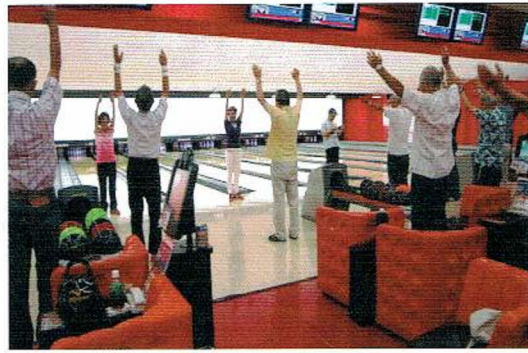
7月30日(土)、14時～15時、市立共同利用施設山本会館にて、11名出席。

地域班の活動報告をお待ちしています。
広報委員会

互助会活動

◆ボウリング大会

今年度第1回ボウリング大会は、8月10日(水)、10時10分からROUND1宝塚店にて開催され47名が参加した。古村互助会会長の挨拶に続き準備体操を行い、一斉にスタートしゲームを楽しんだ。



▲準備体操を行う参加会員

☆入賞者

優勝	古本 悟志	306点
準優勝	鎌内 亮三	297点
3位	仮屋 順一郎	287点
レディース賞	中嶋 諒子	258点

◆互助会から行事予定のお知らせ

1. 工場見学

10月21日頃実施の予定、行先は9月に決定します。

2. 研修旅行

11月16日(水)、と11月22日(火)に2班に分けて実施の予定。行先は9月に決定します。

3. 第2回ボウリング大会

来年2月7日(火) ROUND1宝塚店にて実施予定。

互助会行事の参加募集についてはその都度、互助会だよりでのご案内いたします。



▲古本会員、鎌内会員、仮屋会員、中嶋会員

就業先訪問

今回は、社会福祉法人ひょうご障害福祉事業協会「はんしん自立の家」の洗濯業務をご紹介します。宝塚市美幸町にある「はんしん自立の家」は、ハンディキャップを持った人が一人の社会人として、自分の意志で主体的に自由に生活する場として運営されている障害者支援施設である。

「はんしん自立の家」訪問記

8月18日(木)、「はんしん自立の家」を訪問した。ここでは現在6名のシルバー会員がローテーションで就業している。主な業務は、入居者51人分の衣類や身の回り品の洗濯業務が中心である。

業務用の大型洗濯機で洗濯を行い、同じく業務用大型乾燥機で乾燥させた後、衣類を折りたたみ、入居者各人のかごへ仕分ける。

ひとくちに洗濯と言っても、51人分の衣類となると相当な量で、6畳ほどの作業場にあふれるほどの洗濯物が集まるそうだ。特に冬

場は衣類も増えるので、ますます忙しくなるという。

就業している会員は、皆さん手際の良い作業が印象的であったが、時々起こるのが仕分けの間違い。名前を間違えて他の人のカゴへ入れてしまう事がある。こうした間違いをなくすために、似た名前の人をリスト化して注意を払っているそうだ。

就業会員の一人はこの仕事のやりがいについて、「入居者の方から、『いつもきれいにしてもらってありがとう』と声をかけてもらえるのがとても励みになります」と話してくれた。

(広報委員/佐野 純)



▲洗濯物をたたんでかごへ整理する作業

事務局だより

◆空き地(空き家)管理事業 協定を締結

当センターは新規事業として始めた「空き地(空き家)管理事業」につき、8月25日(木)、宝塚市と「空地及び空家等の適正な管理の推進に関する協定」を締結しました。今後は当センターが実施する本事業について市がPRを行うなど連携を図っていくこととなります。



▲調印後、締結書を手にする中川市長と古村理事長

◆明石市シルバー人材センターが視察訪問

8月22日(月)、明石市シルバー人材センターから理事長を含む2

名の方々が当センターで実施している空き地(空き家)管理事業の内容等について視察に来所された。同事業について明石市シルバー人材センターからの質疑応答や両センターが実施している事業内容などについて意見交換を行った。



▲明石市SCと意見交換を行う

◆シルバー人材センター

活動の支援を要望

8月22日(月)、兵庫6区選出の大串正樹衆議院議員へ「社会の担い手」を実践するシルバー人材センターへの「センター事業に係わる補助金と公共事業の今年度以上の確保」などを主とした支援要望書を、当センター古村理事長が

伊丹市シルバー人材センター理事長とともに提出しました。

また、同様に中川市長と石倉市議会議長にも同要望書を手交して、支援要望を行いました。



▲古村理事長より大串議員に支援を要望

◆会員の状況

(人退会者と会員のおくやみは6月～7月末、その他は7月末)

会員数	1,134人
入会数	27名
退会者	35名
平均年齢	72.3歳

会員のおくやみ

沖村 兼一 72歳

配 分 金

支払い日のお知らせ

9月就業分	10月14日(金)
10月就業分	11月15日(火)
11月就業分	12月15日(木)

☆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」を備えていただきますので、事務局窓口までお越しください。

生活支援講習会受講生募集

(介護・清掃・調理)

介護補助業務や高齢者とのコミュニケーション、室内清掃や介護食調理方法などを学ぶ講習会です。講習を受けて新たな仕事に就業してみませんか。

- 募集期間 : 平成28年9月27日(火)【必着】
 講習期間 : 平成28年10月4日(火)～10月13日(木)までの6日間
 講習場所 : 宝塚市勤労市民センター……10月4日(火)、6日(木)、7日(金)
 さらら仁川公益施設……10月11日(火)、12日(水)、13日(木)
 受講料 : 無料
 定員 : 15名
 応募資格 : 60歳以上でシルバー会員として就業を希望される方(すでに会員の方も可)
 申込方法 : 受講をご希望の方は申込書(すでに会員の方は同封のパンフレットの申込書)の提出が必要となりますので、詳しくは下記センターまでお問い合わせ下さい。
 なお、申込み結果については、9/28(水)受講決定者のみ電話にてご連絡致します。

お問い合わせ先

公益社団法人兵庫県シルバー人材センター協会 事業課 TEL078-371-8012

または

公益社団法人宝塚市シルバー人材センター TEL0797-81-7000 まで

会員のひろば

川柳

七夕にひとりさびしく縄のれん

富吉 博彦

微笑みが世界平和をそめてゆく

織山 茂

俳句

鬼やんま夏の座敷を通り抜く

川嶋 兼雄

うかばないストレスたまる秋句会

園田 昌代

嵐来てただ沈黙の月あかり

中嶋 諒子

熱戦の球児の涙夏が行く

西口 佐代子

なにもかも二百十日に流れゆく

橋本 千津子

直立の稲穂に悪しきつむじ風

羽山 淳子

さつきおや想いめぐらし墓洗ふ

丸山 長資

編集後記

昔、秦の始皇帝は不老長寿の薬を手に入れたいと望み、徐福に命じた。そして、徐福は東方へ渡海したと史記に書かれている。たどり着いたのは蓬萊。蓬萊とは日本の東海地方にある三神山(富士・熊野・熱田)であったようです。▲今号の「シルバー世代の健康管理」は、先頃、厚生労働省が発表した簡易生命表から抜粋しました。健康寿命とは「日常生活に制限がない期間、健康と自覚している期間、日常生活動作が自立している期間」とされています。いわば、他人の手を借りずに日常の身の回りや家事をこなせる期間、ということになるでしょう。健康寿命と平均寿命との差、10～13年の期間は不健康とされている期間です。▲それぞれ自分に合った健康法を実践し、認知症や生活習慣病を遠ざけ、健康寿命を延ばすことにより、残りの人生を有意義に過ごしたいものです。▲始皇帝の時代に日本が世界的に長寿であったか定かではありませんが、今や、日本は長寿大国となりました。

(広報/今榮 満夫)

シルバー世代の健康管理 — 長寿社会を有意義に生きる —

平均寿命は男 80.79 歳、女 87.05 歳(平成 27 年簡易生命表による)
しかし、健康寿命は男 70.43 歳、女 73.62 歳とされています

70 歳時点での平均余命は男 15.64 年、女 19.92 年あります。今年生まれた赤ちゃんが中学校や高校を卒業するくらいの年数があります。この期間を健康に過ごすかどうかが残りの人生を決めます。

高齢社会を健康で生きるためには

- 今まで蓄積してきた知識や経験をどこで生かすか自分探しを続けること
- 心豊かな老後を実現するためには社会との関わりの中で生きがいを見つけること
- できる限り働き、経済効用を得ることによる生きがいや自己実現、自尊心を生み出すこと
- 健康への意識を高め生活習慣病を遠ざけること
- オシャレしよう オシャレをすると人に会うのが楽しくなります

平均余命表

平成 27 年簡易生命表より

	男	女 (年)
60 歳	23.55	28.83
65 歳	19.46	24.31
70 歳	15.64	19.92
75 歳	12.09	15.71
80 歳	8.89	11.79
85 歳	6.31	8.40
90 歳	4.38	5.70

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>