

会報シルバー

たからづか

第 **136** 号

平成27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

宝塚の駅（JR編）

宝塚駅（写真上）

開業は明治30年12月27日。阪急電車との乗り換えで賑わいを見せている。JR東西線の快速電車が乗り入れているので尼崎方面からの電車は多い。平成22年2月20日、新しい駅舎が完成した。特急コウノトリ停車駅。

中山寺駅（写真下左）

開業は明治30年12月27日。昭和56年福知山線が電化されたが、無人駅が続いていた。JR民営化後宅地開発により急速に発展した駅である。

武田尾駅（写真下右）

開業は明治32年1月25日。当時の駅は現在の駅から東へ300メートルほどのところにあった。現在の駅は電化後に完成。駅の大部分がトンネルと橋の上にある珍しい駅である。無人駅であるが休日にはハイカーで大いに賑わう駅である。

（写真と記事 広報／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

◆シルバー人材センター事業

普及啓発促進月間実施報告

10月は「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」として、当センターは、事業の社会的意義や活動内容を広く市民の方々に発注者の皆様へご理解いただくべく、PR活動、当センターへの入会促進、就業機会の拡大に向けて幅広く、普及啓発活動を行った。

◆「シルバーの日」普及啓発活動

「シルバーの日」の10月1日（木）、午前10時から各地域班、センター役員、事業开拓員、および就業機会創出員が参加してJR宝塚駅、阪急宝塚駅、逆瀬川駅、山本駅周辺でチラシなどを配布して、シルバー事業の普及啓発促進活動を行った。

雨模様の中、今回も多くのお客様のご協力のもと、精力的にPR活動を行うことができた。また、PR活動の後は駅周辺の清掃ボランティアを行い、予定の時刻に終了した。

了した。



▲チラシを手渡し、シルバーのPR

◆第2回「シルバーフェア」開催

10月15日（木）・16日（金）の両日、第2回「シルバーフェア」が開催された。



▲足立事業开拓委員長の開会宣言

この催しは、シルバー事業普及啓発促進月間の事業の一つで昨年に引続いての開催となる。

メイン会場の宝塚市役所1階の市民ホールでは、シルバーPRコーナー、会員の就業風景写真、センター会員の写真、書、絵画などの展示を行い、健康相談や食育に係わる相談コーナーなども設けられ、ここでは昨年同様フェアに來られた方々で随分と賑わった。

12時20分からは宝塚市立小浜幼稚園児による小浜太鼓の演奏が広いホール一杯に響きわたる力強い迫力で行われ、そしてフェアに來られた市民の方々や、園の関係者から盛大な拍手が送られた。



▲小浜幼稚園児による力強い小浜太鼓の演奏



▲健康相談コーナー

グラントフロアでは、養父市シルバー人材センター会員が栽培した新鮮野菜の即売コーナーが設けられ、売り切れ品が続出するほどの人気であった。



▲即売コーナー 市長もお買い物

昨年同様、すべて手づくりの運営であったが、宝塚市の後援をいただいたことが殊の外大きく、両日併せて約700名の市民の方々に足を運んでいただいた。当センターの事業啓発には欠かせない事業となってきたことを確信した2日間であった。

（広報委員／長谷川 克己）

◆「兵シ協平成27年度事業推進大会」への参加

平成27年度、兵庫県シルバー人材センター事業推進大会が、10月29日(木)、13時～16時、神戸新聞・松方ホールで行われ、当センターからは古村理事長、木本常務をはじめ多くの会員が参加した。

なお、当センターで表彰をうけられたのは次の方々であった。

永年会員表彰【15年表彰】

- | | |
|--------|-------|
| 太田原 将之 | 加藤 秀記 |
| 金岡 文雄 | 笹沢 直義 |
| 澤口 捷臣 | 菅多 末友 |
| 谷 孝子 | 中村 秀志 |
| 日高 一郎 | 三渡 薫 |
| 横溝 田鶴子 | |



▲当日参加の表彰の皆さん

ボランティア

◆「希望の家」運動会のお手伝い

10月10日(土)、前日の準備に引き続き、運動会に延べ23名の会員がボランティアを行った。



▲玉入れの応援



▲借り物競走のお手伝い

当日は、絶好の運動会日和。紅白に分かれ、借り物競走、障害物

安全委員会だより

◆事故発生状況

平成27年9月末現在

	平成27年度	損害	傷害
前年度	1件	5件	3件
		4件	

●8月～9月の事故内容

★損害事故2件

内容 剪定作業中、脚立を倒しガラスを破損。

注意点 梯子などの長尺や重さのある機具を使用する際は、周囲の状況を確認しながら慎重に使用すること。

内容 機械除草作業中、石が飛散し駐車車両のフロントガラスを破損。

注意点 機械除草作業の際は、飛散方向を想定した安全策を講じ、作業を行うこと。

事故の無いよう常に注意して就業しましょう。
(安全委員会)

前日の準備協力者(11名)

- | | |
|-------|--------|
| 板倉 實 | 入山 廣治 |
| 糟谷 晴男 | 木原 久寿夫 |
| 倉本 武保 | 田中 謙一 |
| 辻 敏昭 | 西口 弘 |
| 西山 孝 | 新田 豊一 |
| 日高 一郎 | |

当日の協力者(12名)

- | | |
|-------|--------|
| 大川 忠利 | 岡村 修 |
| 倉本 武保 | 小西 太一郎 |
| 小林 義夫 | 中井 一嘉 |
| 中嶋 諒子 | 中西 進 |
| 西山 孝 | 日高 一郎 |
| 松下 庸善 | 山岡 照幸 |

競走、パン食い競走、ムカデ競走、そして玉入れ競争、と多彩な種目を一緒に楽しみ、また、元宝塚歌劇団OGの風さやかさんのミニライブショーがあり、歌と踊りで大いに盛り上がった。
「希望の家」の方々には大変喜んでいただき、心地よい疲れと清々しさの残る有意義な一日であった。
来年度もより多くの会員の皆様のご協力をお願いします。
(広報委員／中嶋諒子)

◆兵庫県交通安全高齢者自

転車競技大会

9月29日(火)、グリーンアリーナ神戸において開催された「兵庫県交通安全高齢者自転車競技大会」に宝塚市シルバー人材センターチームが出場した。

当センターチームは、初めての県大会、加えてそれぞれが就業しながらでの出場でかなり厳しい条件であったが大健闘であった。



▲降矢 松村 西原 登川
会員 会員 会員 会員

地区・地域班活動

◆良元3の3地域班

仁川河川敷清掃ボランティア

10月6日(火)、9時～11時、仁川河川敷の清掃を行った。参加6名。



▲河川敷清掃に汗を流す地域班会員

◆地域班総会開催状況

○良元3の2地域班
10月6日(火)、10時～11時、仁川会館にて、11名出席。

互助会活動

◆工場見学「サントリー京都ビール工場」および「漬物西利本店」

10月22日(木)、41名の会員と事務局から3名が参加した。「サントリー京都ビール工場」ではビールの製造工程を見学した後、ビールの試飲をしながら談笑した。続いて「漬物西利本店」ではワインの試飲と漬物の試食を楽しんだ。
それぞれの楽しみ方で有意義に過ごした秋の一日であった。



▲ビール工場見学を楽しむ

就業先訪問

◆あいあいパーク

今回はあいあいパークでの業務を紹介する。阪急山本駅から徒歩5分。旧国道沿いの「あいあいパーク」はガーデニング用品を初め、ベーカーリー&カフェ、カルチャースクール、市役所の支所、公園などの複合型園芸振興施設として親しまれている。当センターの業務は、この施設敷地内の清掃業務である。

10月19日(月)午後、あいあいパークを訪問。この日もショッピングやカルチャースクールなどで多くの人々が訪れていた。ここでは現在3名のシルバー会員がローテーションで就業している。

一日の業務は、施設内のトイレの清掃、事務所のモップ掛け、カルチャー教室の拭き掃除とモップ掛け、駐車場と公園の清掃など。フロアリングは定期的にワックス掛けをし、またトイレの清掃は特に念入りに行っている。多くの人々が利用するので、気持ちの良い状態に保つように気をつけている。清掃のエリアが広いので、就業時間があつという間に過ぎるそう。

月に一度は、ミーティングを行い、さらに清潔に保つための反省点や改善点などを話し合っている。就業している亀山会員は「元気な挨拶と笑顔が心がけています。お客さんに喜んでもらえるのがとってもうれしいです」とやりがい話を話してくれた。



▲あいあいパーク

(広報委員)佐野 純

事務局だより

会員の状況

- ・会員数 1,213人
- ・入会者数 23人
- ・退会者数 11人
- ・平均年齢 71.9歳

9月末現在
入退会者は8月初～9月末

☆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。

配 分 金
支払い日のお知らせ

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

会員のひろば

川柳

ふろしきに昭和を包む白熱灯

♥道原 澄子

靴みがき昔駅前今目前

♥富吉 博彦

スーパームーン見果てぬ夢に願をかけ

♥織山 茂

俳句

天竜寺鬼より赤い紅紅葉べに

♥川嶋 兼雄

音たてて紅葉を散らす時雨かな

♥小出 和孝

淋しさが時折つよく秋の夜

♥園田 昌代

大根の香湯気伴いし夕食かなだいこん ゆうげ

♥高橋 秀子

脇役も主役もはれる冬大根ふゆだいこん

♥中嶋 諒子

カキツバタ公園街の憩いなり

♥西口 佐代子

彩かえて郷におりたる柿落葉

♥橋本 千津子

夕焼けがにじむ芒の波立ちて

♥羽山 淳子

熱爛が南部牛追い唄を聴く

♥丸山 長資

編集後記

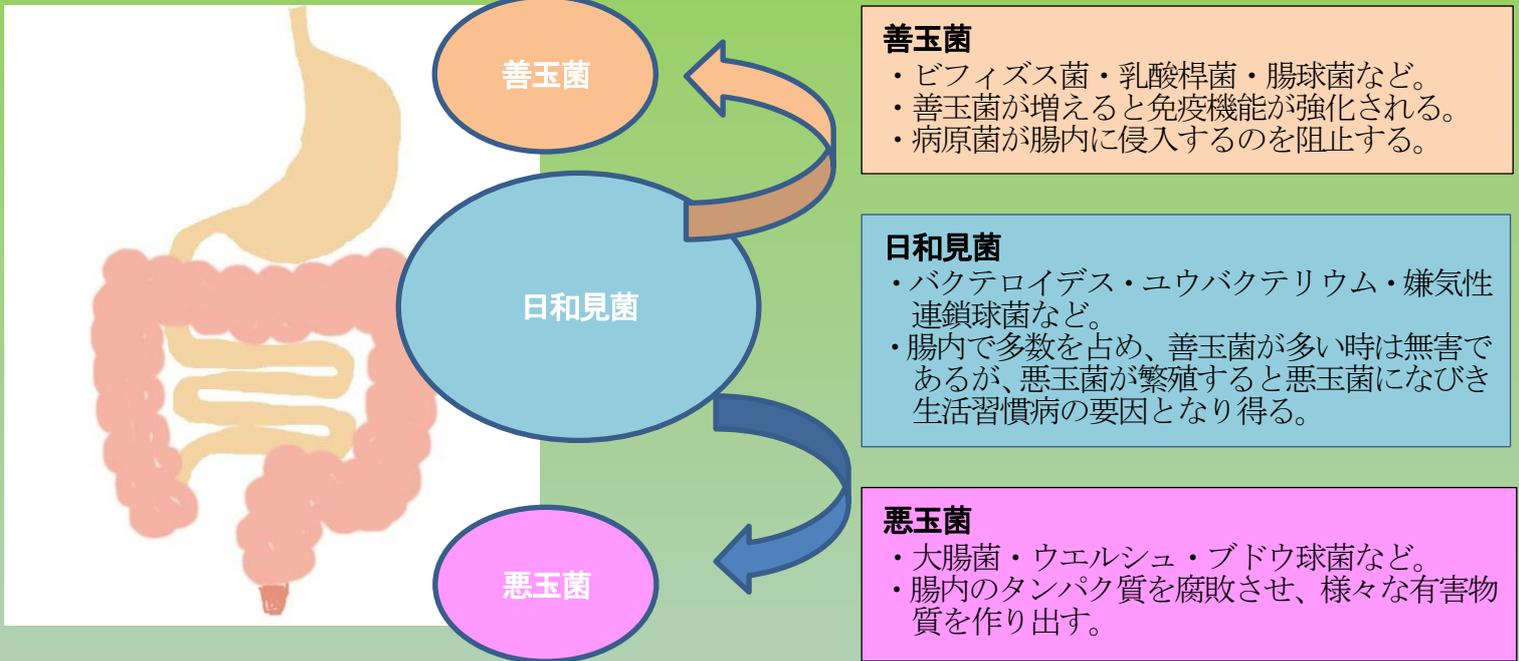
広報委員を仰せつかつて丁度2年。第124号から第136号まで12号の発行に携わってきた。創刊から色々とお苦勞いただいた先輩広報委員の想いを尊重しつつ、多少なりとも新しい感覚を紙面に表わせればと、只今4名の広報委

員は奮闘中。◆地区・地域班の地域割りを小学校区で割り分けられたものを町毎の地域班に変更して新しくスタートしてから7年。直後、地域班活動は報告も多く会報の紙面を随分と賑わしていました。現在は各地域班とも活動報告が少なくなっている。班長さんをはじめ役員さん方が中心になって種々活動に頭を痛めておられるのは、各地域班の共通の課題。◆秋(あき)はいろいろな場所で行われる行事の行われる秋(とき)。当センターでも会員の皆様にいろいろなボランティアをお願いする時期(とき)でもある。只々ご協力いただければ会員様が年々少なくなっているのが現実で寂しくそして気懸りな状況でもある。◆マイナンバー制度のスタート、一億総活躍社会の創出、軽減税率の導入云々、TPP加入の大筋合意等々世間は騒がしさを増してきた感一入。◆ほんの数年前70歳を働き手とする政策を奨めると公言した今の政府。「ならば…」と宝塚市シルバー人材センター会員諸賢、元氣を出して参りましょうゾ!

(広報委員)長谷川 克己

シルバー世代の健康管理 — 長生きは腸内細菌で決まる —

健康維持のためにはビフィズス菌や乳酸菌などの善玉菌が優勢になるようにしましょう。
善玉菌を殖やす元となる野菜、果物、発酵食品を持続して摂ろう。



善玉菌

- ・ビフィズス菌・乳酸桿菌・腸球菌など。
- ・善玉菌が増えると免疫機能が強化される。
- ・病原菌が腸内に侵入するのを阻止する。

日和見菌

- ・バクテロイデス・ユウバクテリウム・嫌気性連鎖球菌など。
- ・腸内で多数を占め、善玉菌が多い時は無害であるが、悪玉菌が繁殖すると悪玉菌になびき生活習慣病の要因となり得る。

悪玉菌

- ・大腸菌・ウエルシュ・ブドウ球菌など。
- ・腸内のタンパク質を腐敗させ、様々な有害物質を作り出す。

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

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。