



会報シルバー
たからづか

第 173 号

令和4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

市原家

書 福井カツ子(峰月)会員
解説は3ページを参照ください。

青葉台一丁目から望む日の出
撮影 広報委員/今榮 満夫

新年のご挨拶

公益社団法人

宝塚市シルバー人材センター

理事長 木本 丈志



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様には令和4年の初春を健やかに迎えられたことと心からお慶び申し上げます。

昨年は、宝塚市をはじめ各関係機関の皆様、市民の皆様には、当シルバー人材センターの運営に当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を申し上げます。

さて、当センターも昭和57年の設立から今年で40年を迎えます。設立以来、高齢者の就業を通じた「生きがいづくり」、また「地域社会の活性化に寄与する組織」とし

て、社会経済情勢の変化に対応しながら発展してまいりました。

しかし、近年、長年培った「知識・経験・技能」を活かした就業は中々ありません。むしろ新しい仕事に積極的に挑戦していくことが求められています。

この様な中、シルバー会員の高齢化も顕著となり、剪定作業等の事業継承が難しくなっております。事業の継続を希求しながら会員増強に取り組んでおり、市広報誌での会員募集や出張相談会を積極的にを行い、効果も出始めてまいりました。

最後になりましたが、コロナ禍の終息を願いつつ、本年が会員の皆様にとって穏やかで希望に満ちた一年となりますよう祈念いたしまして新年のご挨拶といたします。



宝塚市長 山崎 晴恵



新年あけましておめでとうございます。

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。

平素より、真心のこもった就業やボランティア活動で地域社会の活性化のためにご尽力いただき、誠にありがとうございます。また、昨年はワクチン接種会場の案内や会場整理等で会員の皆様方のお力をお借りして、円滑にワクチン接種を進めることができました。

新型コロナウイルス感染症は、一時と比較すると、収束傾向にありますが、新たな変異株の発見と感染が広がりがつあり、未だ先の見通しが立たない状況であります。そのような状況でも、感染対策を徹底しながら、誠実丁寧な仕事により平常時と変わりなく地域住民の暮らしを守り、支えてくださっている会員の皆様方のご努力に対しまして改めて深く敬意を表しま

す。

近年は、高齢者雇用安定法の改正や、年金支給年齢の引き上げなどにより、高齢者の方の就業に対するニーズは多様化しています。そのような中で、地域に根ざし、それぞれの希望に応じて就業することができるよう考えています。は益々重要になると考えています。今後も引き続き連携を深め、高齢者の方々がいつまでもいきいきと輝きつづけられるよう共に尽力できれば幸いです。

本年は、貴センター設立40周年という記念すべき年であると同っております。さらに多くの方に入会していただくとともに、気持ちよく働ける就業環境の整備や、就業機会の確保に積極的に取り組まれ、会員の皆様方の活動がより一層充実・発展する1年になることを大いに期待いたします。

結びに、貴センターのますますのご発展と、会員皆様方のご健勝とご多幸を祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。

表紙の「とば

虎落^{もがりぐえ}筈(笛)

虎落(もがり)とは中国で割竹を重ねて作った、虎を防ぐ柵のことです。冬の厳しい風が竹垣や柵に吹き付けて笛のような音、びゅうびゅうと鳴ることから言われます。虎の勢いで今年もまた喜びも大きくなりますようにとの願いが込められています。(表紙参照)

毎年新年号の表紙に、筆を執つてくださったている福井カツ子会員は「書道」への思いを次のように寄せられました。

『墨字筆耕での書文化を残したいですね。パソコンでは出せない書き手の個性、相手への礼節、品格なども言葉以上に出てくるものと思われれます。』

できるだけ講習会に参加しレベルアップを計れるようにしています。気づくことがいつもあります。まだまだ山は高いのです。』

年男・年女会員
新春アンケート

新春恒例の当シルバー会員の「年男・年女アンケート」をお届けします。

今年の年男・年女は昭和13年と昭和25年の寅年生まれの皆さんです。日頃は当シルバー会員として就業や互助会活動、ボランティアなど様々な活動をされています。

昭和、平成、令和の三つの時代を生きてこられた皆さんに、新年のアンケートを依頼したところ、多くのコメントをいただきました。

寅年生まれの方は一般的に、「前向きでチャレンジ精神が強く、どんなことにも強い信念を持って挑んでいく傾向がある」などと言われていますが、72歳、84歳を迎える歳になってもこうした性格は続いていらつしやるのでしょうか。今年も皆さんの一年が、健康で幸多いことを祈念いたします。

アンケートの内容

次のようなテーマでアンケートをお願いしました。

- ① 新しい年の抱負
- ② 趣味や特技について
- ③ 最近嬉しかったこと、感動したこと
- ④ 日頃の健康法

アンケートは次ページ以降に掲載しています。



笑門来福 笑う門には福来る
羽山淳子会員作

寅年、こんなことがありました

●2010年(平成22年)

- ・小惑星探査機「はやぶさ」が7年ぶりに帰還
- ・当センターでは、再編した地域班の活動が始動、そして会員手作り小物の販売および他シルバーと連携した野菜の販売開始

●1998年(平成10年)

- ・和歌山ヒ素カレー事件
- ・長野冬季五輪開催、日本の金メダルは5個
- ・サッカーW杯、日本初出場

●1986年(昭和61年)

- ・余部鉄橋列車転落事故

●1974年(昭和49年)

- ・巨人、長嶋茂雄選手引退

●1962年(昭和37年)

- ・ビートルズ、レコードデビュー(結成は1960年)
- ・阪神タイガース、リーグ優勝(藤本定義監督)

いしはら としかず
石原 寿一（銀齢 4623）宝塚1の2

相変わらず元気です。令和4年
も人生これからです。
趣味は月2回平均ゴルフに行
き、ほとんど歩いてコースを廻っ
ている。
健康法は仕事ないとき雨降り以
外、一日に3kmジョギングしてい
る。

はやま あっこ
羽山 淳子（銀齢 2970）宝塚2の4

趣味は俳句、絵手紙。
健康はテレビ体操。
シルバーでお世話になって20
年近くなりました。安定した人生
を送らせていただき感謝いたして
おります。
手除草の仕事は性格的にも健康
的にも私にピッタリ、腰が曲がっ
ても気持ちには変わりません。もう
年（歳）とりたくないですね。
俳句は今亡き丸山さまにお誘
いを受け心の楽しみになりました。
今は安井さま中心に少人数な
がら心優しいひとばかりで楽しん
でおります。

そうかわ あきら
寒川 明（銀齢 5904）長尾2の2

前の年男から10年間は病気と
の戦いでした。脳出血、水頭症、
腸閉塞、熱中症と色々な病気と戦
って昨年の9月にシルバー人材セ
ンターに入会させていただき、仕
事をいただいて働ける喜びを感
じ、まだ働ける自信を持つことが
できました。
今年からまた新たな仕事に就け
るよう頑張りたいと思います。

もり ようこ
森 陽子（銀齢 5833）良元1の3

コロナ禍で仕事もなく、膝関節
症になり一時は落ち込みました。
そんな中、シルバーに入会。忘れ
かけた頃仕事が舞い込み社会復帰
です。
この歳で始めたピアノも楽しん
でいます。
今は小さな幸せ全てに感謝が溢
れます。今年が平和であることを
祈ります。

やなぎさわ よしあき
柳澤 義昭（銀齢 5323）長尾2の2

職場の仲間と北アルプスへ行っ
たのは、30代半ば。雄大な花の白
馬岳は私の人生をアウトドア志向
へ。四季折々の山の表情とすれ違
う時のさりげない挨拶。ツアーで
のアウトホームな雰囲気。私にと
って自然の中に身を置くというこ
とは、やすらぎと森林セラピーで
リフレッシュできるオアシスで
す。
現在は、里山気分で北摂の地、
中山寺奥の院の百回登拝を楽しん
でいます。

Y・T

七回目の年女です。
目・歯・足腰が弱り、身体のメ
ンテナンスを考える年齢です。
年賀状は、寅を中心に七福神に
取り囲まれ船出している神頼みの
絵にしました。
2〜3年前に、英語に目覚めま
した。教室に通い、英語力を身に
つけています。

ひぐち しょうご
樋口 彰吾（銀齢 3869）長尾3の3

毎日朝晩我流のストレッチ体操
を行ない、毎日1500ccを目安
に水（特殊製法による水素水）を愛
飲している。
毎日朝晩仏壇に手を合わせ経巻
読誦、先祖に感謝し鋭気を頂く。
頭の体操と気分転換のため、趣
味の水彩画教室を続けているが、
男声コーラスは新型コロナウイル
ス感染予防のため中断している。
いずれにせよ自分はまだまだ
60歳代と言いつても聞き回って
いるのが健康維持の秘訣かも。

うえなか ひろみ
上中 廣美（銀齢 4499）宝塚1の3

今年の抱負というより現状維持
で頑張っていきたいと思っていま
す。
職場も楽しいですし大好きな大
衆演劇・ビールを愛しています。

庭山 茂夫 (銀齢 5486) 長尾 2の2

趣味はヘラ鮎釣りです。60歳で車の免許をとり、自分の車で釣りをする夢がかない、妻も同乗するようになり釣りを覚えました。釣り禁止で少なくなった山中の野池で四季折々の風景とお弁当を楽しみながらの釣行です。

澤口 捷臣 (銀齢 2394) 長尾 1の3

あけましておめでと(う)ございます。嬉しかったことはコロナ禍でままならぬ日々でしたが、少し収束した昨年11月頃、次第に外出、外食が出来るようになり、愛妻の喜寿の祝いが家族で出来ました。感動したことは、米大リーグ、エンゼルス大谷翔平選手が投打二刀流で2021年のア・リーグ最優秀選手(MVP)に選ばれ数々の賞を受賞されたこと。「リアル二刀流・ショータイム」

村田 寛治 (銀齢 3972) 長尾 1の4

私のモットーである「生涯学習」を遂行し、健康で楽しい日々を過ごせる年にしたいです。趣味は映画、DVDのコレクションですが、特に中高生時代(ハリウッド黄金時代)の「西部劇」や「フレンチギャング」もの等を観ては当時を思い起こし、60歳以上も若返った爽快な気分になり、ストレスを発散させています。健康法は「歩き5千歩」「睡眠」と「休養」をたつぷりとることです。

仮屋 順一郎 (銀齢 2283) 良元 3の3

コロナ禍の社会、まず健康であること、週2回短時間マンション清掃就業。フレイル予防と人との交流で心身共に健康維持の一助としています。趣味は、新聞の「数独」と他のナインプレ検定集を解くこと。健康法は、ウォーキング週4〜5回90分〜100分、自己流の筋トレ(多種)週4〜5回15分〜20分。

福武 明 (銀齢 4510) 長尾 1の3

駐輪場管理員の続投をしたい。趣味は、登拝(中山寺奥の院の継続)10回/月間、現在784回すること、ゴルフ(一喜会)と読書を楽しむ。

大リーグ大谷選手のMVP受賞(満悪、国民栄誉賞の辞退)まだまだ高みを目指すことに感動した。健康法は、スロージョギング(1時間、10日/月間)、晩酌(焼酎湯割り2〜3杯)、起床時のストレッチ(真向法?)を続けること。

鎌田 義美 (銀齢 5511) 良元 2の2

前回の年女(寅年)から早12年が過ぎました。最近、フェイスブックを始めました。「ひとり旅を楽しむ」「もっと知りたい宝塚」「青春18きっぷの旅」「感動の言葉は心の支え」「古民家&町家めぐり」等々、色んな情報を見て楽しんでいきます。ぜひ訪ねてみてはいかがでしょう。

光成 美代子 (銀齢 5472) 良元 3の2

趣味でテニスを30年程やっていましたが、エルボ(テニス肘)でしばらくお休みしていました。ところが最近チョットやつてみたら出来たんですよ!人生100年時代、焦らずゆっくりやってみようと思います。

感動したことがあります。それは昨年4月に行ってきた滋賀県の海津大崎の桜です。ご存じの方がいらつしやると思いますが、それはそれは見事な桜です。私のおすすめの場所です。

松村 良江 (銀齢 5838) 良元 3の1

健康第一です。健康法は、毎日1万歩を歩いて、ラジオ体操もしています。趣味のカラオケは週一回歌っています。1年ぶりにお友達にお会いして色々とお話ししてお付き合いです。1年ぶりになりうれしく思っています。

安全委員会だより

◆10月～11月の事故内容

令和3年11月末現在

前年度	令和3年度	損害	傷害
2件	9件	2件	4件

●損害事故 2件

●損害事故1

内容 個人宅で剪定作業中、残材を運んでいる際に、門扉を破損させた。

注意点 常に周辺の確認、注意を怠らないようにすること。

●損害事故2

内容 河川除草作業中、飛散したチップソーの破片が防護用ネ

ットを突き抜け、隣接宅の窓ガラスなどを破損した。

注意点 作業時には防護ネットなどの安全対策は講じていたにもかかわらず発生した事故であった。草刈機を使用の際は事前にチップソーに接触する小石などが無いか確認の上、作業に適切なチップソーを使用すること。

●傷害事故 1件

●傷害事故1

内容 障碍者施設内にて、車いすに乗った入居者が2階の非常階段から転落しそうな状態を就業会員が発見。助けようと駆け寄ったところ、転落する車いすを会員が支えた際に右手骨折と右太もも強打による血腫のけがを負った。

「安全はすべてに優先する」を合言葉に「安全就業の心得」を順守し、事故の無いよう就業しましょう。

◆安全就業の推進について

平素は、当センターの安全就業へご理解とご協力を頂き、有難うございます。

さて、誠に残念なことに、上記事故報告のとおり、令和3年11月末時点での事故発生件数は、前年度に比べて傷害事故が2件から4件、損害事故が2件から9件と、件数が増加している状況となっております。

安全委員会としては、この状況に強い危機感を持っており、令和3年12月17日（金）に開催した会議において、事故を未然に防ぐ取り組みとして、巡回指導の点検強化や更なる情報発信に努める事を決定しました。

今後とも事故が多発すると、シルバー保険（賠償保険）の引受け保険会社との契約や補償内容に影響が出る可能性も懸念されます。

当委員会も安全意識の高揚に繋がる情報発信に努めてまいりますので、会員の皆さまにおかれましては「事故は起こさない」という強い意識で安全就業に努めていただきますようお願いいたします。

（安全委員会）

講習会報告

◆筆耕勉強会を開催

令和3年12月2日（木）、午後1時30分から3時30分まで、当センター大会議室にて仲田加代子会員（書道師範・賞状技士）を講師に迎え、筆耕勉強会を開催しました。今回のテーマは「卒業証書の書き方」です。この勉強会は、いつもキャンセル待ちが出るほどの人気です。

当日は、新型コロナウイルス感染症予防対策のために2人テーブルを1人で使用。換気のために窓や入り口を開けるなどの配慮も施し、12名が参加しました。



▲筆耕勉強会の様子

地域班だより

◆良元ブロック2の3地域班

1. 令和3年10月15日(金)、午前11時から12時まで福井町および亀井町内の清掃を会員12名が参加し実施しました。

2. 令和3年10月29日(金)、午前11時から12時まで光明町および未成町内の清掃を会員11名が参加し実施しました。

互助会だより

◆一喜会ゴルフコンペ

令和3年12月3日(金)、一喜会ゴルフコンペは、大宝塚ゴルフクラブ西宮コースにて20名が参加して開催されました。

入賞者は次のとおりです。

- 優勝 中川 久義
- 準優勝 越田 武彦
- 3位 大森 茂樹

次回は令和4年3月4日(金)、旭国際宝塚カンツリー倶楽部にて

開催予定です。

◆養父市野菜収穫体験ツアーを実施

令和3年11月18日(木)、養父市へ野菜収穫体験バスツアーを実施しました。

本年度は研修旅行・社会見学の代わりに例年とは趣向を変えた互助会行事となりました。

バスの席はマスク着用はもちろん、2人席をひとりで使用するなど新型コロナウイルス感染拡大防止対策に努めました。

養父市シルバー人材センター会員が栽培した大根、さつまいも、白



▲さつまいもは傷付けないように丁寧に収穫

菜、里芋を与えられた袋いっぱい
に収穫を体験し、参加者は収穫野菜と養父市シルバー人材センターから温石米をいただき、持ちきれない荷物で嬉しい悲鳴をあげていました。

会員・役員36名が参加しました。



▲水車を背景に記念写真

◆テニス同好会

令和3年10月20日(水)、午前9時から12時まで、当センターテニス同好会チームはスポーツ21仁川テニス同好会チームと、交流戦を市立スポーツセンターにて開催し

ました。

当チームは同好会を立ち上げて約20年の活動となり、現在会員数20名、年齢層60代〜80代です。一方、仁川チームは年齢層の幅は広く40代〜80代で女性も力強さがあるチームです。これまで数回の交流戦でお互いが顔見知りとなり、リラククスした状態で秋空の下テニスを楽しみました。参加者は、両チーム合わせて26名でした。



▲テニス交流戦参加の皆さん

勝敗は、残念ながら仁川チームに勝利をとりましたが、普段の練習とは異なる試合相手に緊張感とワクワク感でゲームができ、とても楽しい交流戦でした。

今回は是非勝利を目指して頑張ります!!
(テニス同好会/杉山ちよ)

事務局だより

◆**新型コロナウイルス感染防止に向けた、より一層の取り組みについてお願い**

兵庫県下の一部シルバー人材センターにおいて会員がマスクを着用せずに就業し、後に当該会員が新型コロナウイルスに感染していることが判明しました。そのため、就業先の方も濃厚接触者としてPCR検査を受けることとなり、発注者さまに多大なご迷惑をかける事案が発生しました。
つきましては、当センター会員におかれましても、従来にも増してマスクの着用、手洗い、消毒など新型コロナウイルス感染防止対策について徹底していただきますようお願いいたします。

◆**会員の状況(11月末現在)**

会員数・平均年齢は11月末
入退会者数は10月～11月

会 員 数	904名
(男性会員数)	648名
(女性会員数)	256名
入 会 者 数	33名
退 会 者 数	4名
平 均 年 齢	74.2歳

就業会員募集

当センターでは下記就業会員を随時募集しています。

- ☆手除草就業会員
- ☆チラシ配布就業会員
- ☆清掃業務就業会員
- ☆家事援助業務就業会員

就業を希望される方は事務局までお問い合わせください。

配 分 金

支払い日のお知らせ

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

☆**就業報告書提出のお願い**

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。
就業報告書を郵送されている会員の方は、昨年10月より普通郵便の土曜日配達休止に伴い、1日早く投函するなどご負担をおかけしますが、ご協力をよろしくお願ひします。

会員の広場

俳 句

小鳥来る朝は穏やか琵琶の湖うみ
川嶋 兼雄

天高く五尺の我は背伸びする

♡ 近藤 信一

子らの声途絶えて釣瓶落としかなつるべ

♡ 中嶋 諒子

なかなかに戻らぬ気分蒲団干す

♡ 橋本 千津子

空澄みて寂聴さんの面影よ

♡ 羽山 淳子

カナカナも夕餉ゆうげの友や夫婦膳めおと

♡ 安井 修

☆**投稿のお願い**

会員の広場に掲載する絵画・写真・旅行記など会員の投稿をお待ちしています。

(広報委員会)

注意!

高齢者の交通事故が増えています



昼は

慣れた道こそ、危険!
横断歩道のあるところを
堂々と渡りましょう

夜は

目立つように
明るい色の服装を心がけましょう
自転車は、ライトと反射板をつけ、
堂々とゆったりと乗りましょう

冬は低体温症にもご注意ください

高齢者は体温の調節機能が衰えがちで、温度への感覚が鈍くなることもあるので要注意です。

低体温症では、意識が朦朧^{もうろう}とする、記憶力がなくなる、などの症状が現れ、命の危険を伴うこともありますので、異常を感じたら医療機関を受診しましょう。

- ・低体温症とは、深部体温が 35 度を下回る状態を指します。
- ・過去20年の死者数は熱中症の1.4倍。
- ・外で仕事をするときなどは外気温に合った上着を着用し、手袋やマフラーを身に着けるようにしましょう。

※深部体温とは内臓や直腸などの温度のことで、腋窩^{えきか}(脇の下)で測る体温のことではありません。

しかし体の内部なので簡単には測ることはできません。一般的に平均的な体温は腋窩が 36.4℃、口腔が 36.8℃のとき、深部体温である直腸が 37.2℃が目安として判断できそうです。

(読売新聞、および Medicalnote ホームページ「低体温症」より抜粋)

編集後記

明けましておめでとうございませ
す。会員の皆さまの昨年はどんな
一年だったのでしょうか。オリ
ンピックや新型コロナワクチン接
種開始など、いろいろな出来事
があった一年だったと思います。
▲当センターの互助会も養父市に出
向く事ができたり、会員数も900
名を突破したりと少しずつ以前の
活気も戻ってきて嬉しく感じて
います。それに伴い「会報シルバ
ーたからづか」で会員の皆さまの活躍
を少しでも多く紹介していきたい
と思います。▲寅年生まれの方は、
一般に忍耐力に優れ、何事にも誠
意をもって尽力する強い意志を持
ち合わせると言われます。新春ア
ンケートでは、趣味を楽しんだり
体力の維持に心掛けたりされてお
られる様子が伺えました。ウイ
ズコロナの時代、正しく恐れこれ
からも引き続き自衛をしながら明
く過ごしたいものです。

(広報委員)高屋舗 純子

今年もよろしくお願ひします

広報委員会

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・換気扇など清掃
- ・食事の支度・洗濯
- ・網戸などの片付け手伝い
- ・ゴミステーションの掃除
- ・買い物…など



空き地・空き家管理

- ・外観点検
- ・清掃
- ・郵便物の確認…など



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)
- ・庭の掃除…など
- * 植木の剪定は毎年3月から年間予約(4月から3月)を承っています。



子育て支援サービス

- ・子どもとお留守番
- ・イベントやセミナーでのおさまの一時預かり…など
- * 2歳以上からお預かりします。(但し所定の条件有り)



家屋の手入れ

- ・簡易な大工仕事・塗装
- ・家具の組立…など



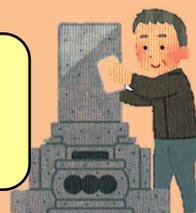
事務サービス

- ・あて名・賞状書き
- ・パソコン操作指導
- ・原稿づくり…など



お墓の掃除

- ・水洗い
- ・雑草刈り
- ・献花…など



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。

☆ワークサポート宝塚内(宝塚駅前ソリオ2・7階)にてシルバー人材センター案内&相談出張所を開設しています。シルバー人材センター相談員が専用ブースで入会相談にお答えします。

開催日時 毎月第1・第3水曜日午前10時から正午まで

*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か、ワークサポート宝塚専用ブースまでお問合わせください。

お問合わせ先：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>

宝塚市シルバー人材センター

🔍 検索

