



会報シルバー
たからづか

第 183 号

令和6年1月



龍神
福井

書 龍神 福井カツ子会員

絵 湯本町より夜明けを望む

樋口彰吾会員

(本文8ページ作者のことば参照)



新年のご挨拶



理事長 木本 丈志

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様にはお健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平素は当センターの事業運営に格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

日本の総人口は、「2070年に今の約7割の8千7百万人にまで減る。」そんな新しい推計が公表されました。人口減少と高齢化への備えも必要で、推計では65歳以上の比率は、2020年の28.6%から2070年には38.7%になるとされています。

このような中、宝塚市の地域包括ケア推進プランにも基本方針と

して、「自分らしくいきいきと暮らせる高齢者の生きがいづくりとして、就労をはじめとする社会参加の促進、文化・学習・スポーツ活動の機会拡充など、豊かな知識と経験が活かせる機会の提供に努め高齢者の生きがいづくりを推進します」とされ、高齢者福祉の増進と活力ある地域づくりに寄与しているシルバー人材センターに対する期待は大きなものになってきております。

一方、シルバー事業の先行きは、令和5年10月に導入されたインボイス制度への特例要望は認められず、事業の運営は更に不透明な状況にあります。当センターでは新規事業開拓やシルバー派遣事業をさらに拡大させてまいります。

結びにあたり、会員の皆様も本年も健康で幸多き素晴らしい年になりますよう祈念いたします。新年のご挨拶といたします。



新春恒例の年男・年女アンケートをお願いしましたところ20名の方から新年への想いが届きました。今年の年男・年女は昭和15年と昭和27年の辰年生まれの方皆さんです。

辰年の辰は神話上の龍を表しており、力溢れる年になり、活気づく年になるといわれます。また、草木がよく茂る年になり、努力をすれば実りやすい年といわれます。今年も皆さま、ご家族揃って、健康で幸多いことを祈念いたします。

坂 坂本 勉 会員
今年の抱負
新年を迎え6度目の年男になります。最近体力も若干落ちた感があります。今まで西国三所巡礼を2回行いました。今は中断していますが、再度実行と思っています。お寺は殆どが山の上にありますので、足腰を鍛え無事お参り出来るように頑張りたいと思います。
「南無大慈大悲観世音菩薩」

大 大継 隆一 会員
今年の抱負
健康第一、努力のみ

日頃の健康法
良く食べ、良く動き、良く会話

城

城 剛吉 会員

今年の抱負

50年以上も前、私は高校卒業後川崎市内の電気メーカに入社。しばらくしてボランティア活動に没頭。今もその当時の障がい児の親子・ボランティア仲間との交流が続く、今年の5月に川崎で同窓会を開きます。もう嬉しくて、嬉しくてたまりません。すばらしき方との出会い、健康であること、これが私の宝物です。

柳

柳瀬 さよ子 会員

今年の抱負

スマホソフトのSiriに頼らず図書館へ徒歩で通い、本を読んで知識を深めて、いざという時に子や孫の知恵袋になりたい。転ばないように「傾聴」の仕事が続けて、宝塚のよーいドン！「となりの人間国宝さん」に認定されるよう頑張ることが今年女新春の抱負です。



魚

魚座 征一郎 会員

今年の抱負

持病を悪化させず現状を維持し、これ以上診察券を増やさなくするために、スポーツクラブに通い続け、酒をしつかり飲めるよう心掛けることが健康の秘訣である。さすがに鬼籍に入る友も増えてきたことは寂しい限りであるが、人生100年は不可能ではない時代となってきた。引き続き高齢者各自が生きざまを見せつけ、相乗効果を生み出す努力が大切であると思う。阪神タイガースの優勝を祝い、今年も登り龍ではなく「登り虎」になるよう祈願する。

伊

伊東 真弓 会員

今年の抱負

民謡を趣味としておりますが、コロナ禍で発表会、盆踊りなど下火になっておりましたが今年発表会、盆踊りを大いに楽しみたいと思っております。また、早朝ウォーキング30分ほど欠かさず実行、継続は力なり今年も頑張つて実行していきたいです。

今

今西 正弘 会員

今年の抱負

できる限り英会話教室や英会話番組で英語研修に勤めます。趣味や特技 息抜きに演歌を「コート」や「歌の会」で愉しんでいます。嬉しかったこと、感動したこと 鶴の荘公園を中心に毎朝23年間ゴミ拾いをしていきますが、少しずつ近所の人々がゴミを拾った、公園にゴミを捨てる人が減っていることです。日頃の健康法 週2回りハビリ、軽筋トレおよび自転車30分走行、何よりはバイクで道際のゴミ收拾後、妻への感謝の正信。

磯

磯貝 弘子 会員

日頃の健康法

この頃思うことは、体調不良と物忘れです。自分では元気だと思っていたのに、年齢には勝てません。でも、少しでも元気を取り戻すように体と頭を動かす努力をしています。病院に行つて体のチェックも大事だと思えます。

盛

盛林 柳太郎 会員

日頃の健康法

私の健康法。毎日買物に行く。毎週木曜日は9時〜11時30分まで五月台6丁目の「すけっと」の皆さんの仲間に入れてもらい、廃校になった中山五月台小学校にある里山で、草引きや季節により、ジャガイモ、サツマイモ、大根など植えるお手伝いで楽しんでいます。

高

高橋 敏夫 会員

日頃の健康法

旅、ゴルフ、庭木の手入れ、畑で野菜作り、たくさんの方のおかけで何とか楽しい人生を送っています。11月は9日間のバソコン・ゴルフの旅。今年一番の楽しい思い出作り。畑に行かないときは囲碁の対戦を、93歳まであと10年、健康を第一に酒もそこそこががばります。



岡

岡田 弘 会員

日頃の健康法

健康法は、旧友7名で月に2回六甲山系400〜500mに登頂ウォーキングをし、目的地到着後乾杯をして、山ご飯を作り談笑することです。作業休日は武庫川河川敷を2時間ウォーキングしています。



近

近藤 信一 会員

日頃の健康法

傘寿過ぎを余生とは思わず、気丈で、若さを維持した健康的な生活を目指しています。朝夕2回のウォーキングで1万5千歩です。この累計で百歳までに世界一周分4万kmを達成させます。行事、ボランティアに参加し、毎日何かしら予定があるようにしています。新聞、読書はもとより、ゴルフ、俳句、旅行、交友は続けて行きます。

平

平尾 茂樹 会員

日頃の健康法

昨年より、以前より思っていた、週に一度の休肝日を作りました。春に入院したこともあって、今では月に10日ほど休肝日を作っています。そのせいか検査結果が前より少し良くなっています。それをこのまま続けていこうと思っています。それと歩いて登るようにしています。



中

中川 健吉 会員

日頃の健康法

ぼけ防止のため、家族以外の他人さんとお付き合いするようにしています。マジシャンをしたり、カラオケを楽しんだり、友人と野菜づくりに励んでおります。おかげ様で元気に84歳を迎えられそうです。感謝！

倉

倉本 武保 会員

日頃の健康法

定年後(60歳)から今日まで23年毎日1万2千歩歩いております。スタート時間を決めて行動すれば継続できると思います。私は毎日歩くのが仕事と思いついて行っています。体調は良好です。



矢

矢部 幸子 会員

嬉しかったこと、感動したこと

昨年少白内障の手術をしました。勤め先に大変迷惑をかける心配しておりました。3週間の有給を頂き給料も思ったより頂き感謝です。復職したおりも仲間より暖かい言葉を掛けてもらいました。ワクチンを打つ時も次の日は休んで下さいと言われ感謝です。暖かい職場で嬉しかったです。75歳まで働けるので健康を保ち頑張りたいです。

徳

徳田 和幸 会員

嬉しかったこと、感動したこと

昨年は、高校のクラス会があり参加しました。53年ぶりに会う同級生もおり、懐かしく思い出話に花を咲かせました。今年、学年の同窓会が開催されるので、是非とも参加し、クラブの仲間と昔の話で美味しいお酒をいただきたいと思っています。



長

長嶋 良雄 会員

嬉しかったこと、感動したこと

プロ野球「阪神タイガース」の18年ぶりリーグ優勝と38年ぶりの日本一制覇、さらにプロサッカーチーム「ヴィッセル神戸」の初優勝が嬉しくて久しぶりに感動した。個人的には孫娘2人が揃って関西(大阪)の医療系学部に入学できたこと。

益

益岡 敏夫 会員

私は、これからも見守りたい
昨年度から住んでいる住宅団地の管理組合で管理作業員として働いています。
この団地も高齢化で65歳以上が50%近くまでになってきました。そこで、普段からお住まいの方々へのお声かけ等しながら微力ではと思いますが、団地を特に高齢者を見守って行きたいと思っています。

筒

筒井 多恵子 会員

趣味や特技
マンションの自治会（老人会も兼ねてます）で1カ月2〜3回マージャンをしています。これがとても楽しみです。『健康マージャン』という名称で、ボケ予防に最適です。
嬉しかったこと、感動したこと
孫が歩いたり、覚えてたの言葉をしやべったりするたびに、ほのぼのとした気持ちになり、とても嬉しいです。

西谷「希望の家」
運動会ボランティア

令和5年10月10日（火）、4年ぶり開催の西谷地区にある障害者支援施設「希望の家」運動会で当センター会員がボランティアを行いました。

今回は当日のテント張りや競技のお手伝い、そして後片付けに11名が参加しました。

◎ボランティア協力者 11名

- 倉本武保 魚座征一郎
- 盛林柳太郎 岡村修
- 山本守 西山孝
- 長岡桂子 宮川キミ枝
- 小林年子 光井芳江
- 永野要



競技のお手伝い

互助会研修旅行

今年度の互助会研修旅行は滋賀県の花の郷「日野ダリア園」と近江八幡「水郷めぐり」へ、令和5年10月18日（水）、26日（木）の2日に分かれて行われました。

ダリアは令和3年3月に宝塚市の2つ目の市花に選定され、親しみを感じる花です。
両日合わせて会員・役職員72名が参加しました。



昼食は「近江牛すき焼き膳」



ダリアの植替えの説明



互助会収穫体験

令和5年11月21日(火)、養父市シルバー人材センター会員の栽培した野菜収穫体験を行いました。

当日は野菜収穫体験にうってつけの好天に恵まれ参加した27名の会員は子どものようにはしゃぎながら大根を引き抜いていました。

レストハウスで昼食を取った後、出石城下へ移動し近畿最古の芝居小屋といわれる「永楽館」の見学と街並みを散策をし、ビンゴゲームに興じながら帰路に着きました。

参加者の皆さんは収穫した大根や白菜、途中で購入のおみやげに大満足で帰宅しました。



地区地域班活動

◆長尾2地区合同ハイキングと清掃ボランティア

清掃ボランティア

令和5年11月2日(木)、新三田駅から有馬富士公園へ、談笑しながら八幡神社、福島大池をめぐるハイキングをしました。水車のある茅葺民家や花菖蒲園を見学。自然学習センターでは安倉小学校の児童たちが遠足で訪れており、一緒にお弁当タイム。

帰路、自宅近くの駅から疲れた身体にむち打ちながら、ゴミ袋を取り出し、清掃ボランティアをしながら無事帰宅しました。



シルバー人材センター事業普及啓発月間の活動

当センターは、事業の社会的意義、および活動内容を幅広く市民の方々や仕事依頼の皆さま方へご理解をいただくために、さまざまなPR活動、当センター入会促進・就業機会の拡大に向けて常々普及啓発の活動を行っています。

その活動をより一層自覚してさらに成果を上げるために10月を「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」と位置づけて、駅前のPR活動やシルバーフェアを開催してまいりました。

◆シルバーの日の活動について

令和5年10月2日(月)、逆瀬川駅前や宝塚駅前、山本駅前周辺の3ヶ所に分かれ、地域班の役員・会員・役員36名で午前10時から正午まで「会員募集」「お仕事依頼」のチラシとポケットティッシュの配布、清掃ボランティアも併せて実施しました。

ご協力いただきました皆様にお礼申し上げます。



チラシ配布でPR



山本駅前に集合した会員



宝塚駅前に集合した会員

◆第8回シルバーフェアを開催

令和5年10月21日(土)、第8回シルバーフェアが当センターにて開催されました。

当日は、晴天にめぐまれ、シルバー会員や市民の方約300名の方々に参加していただきました。新鮮野菜販売や骨密度・体成分分析測定、手芸品販売、キッチンカー、遊びのコーナー、来場者ポツプコンプレゼント、恐竜の着ぐるみなど盛りだくさんの内容に多くの人で賑わっていました。



◆兵シ協会長表彰受賞

令和5年10月20日(金)、神戸市内の松方ホールにて開催された兵庫県シルバー人材センター協会事業推進大会において当センターは次の各賞を受賞しました。

当日は当センターから木本理事長、塩崎常務理事、大仲主任、竹内会員、古本会員の5名が出席しました。

●団体表彰(40年)

団体としての当センター

●永年役員表彰(8年)

竹内英子

●永年会員表彰(15年)

石橋圭三 樋口彰吾
古本悟志 伊藤文代
本田成子

●永年職員表彰(15年)

大仲洋平

●安全就業スローガン

佳作 安井修



テニス同好会親睦交流試合

令和5年10月25日(水)、テニス同好会は「スポーツ21仁川同好会チーム」と市立スポーツセンターにて親善交流試合を行いました。



◆会員の作品募集

会員の皆さまが作成されました絵画・写真などをお待ちしています。



ご提供頂いた作品は右記QRコードから閲覧いただけます。

◆俳句サークル

俳句サークルは毎月第3水曜日に開催しています。俳句は右記QRコードから閲覧いただけます。



当センターホームページの「会員のひろば」からも閲覧いただけます。

◆一喜会ゴルフコンペ

一喜会ゴルフコンペは宝塚市内のゴルフ場で年4回コンペを開催しています。各コンペの入賞者は右記QRコードから閲覧いただけます。



当センターホームページの「会員のひろば」からも閲覧いただけます。

当センターホームページではイベント、出張相談会開催などの紹介を適宜行っています。こちらのQRコードから閲覧いただけます。

当センターホームページではイベント、出張相談会開催などの紹介を適宜行っています。こちらのQRコードから閲覧いただけます。



◆同好会・サークルを結成しませんか

当センターでは、文化活動・体育活動を目的とした会員の集まりとして、同好会の結成を支援しています。

趣味の同じ仲間が集まり、当センターに申請すると同好会やサークルとして認められます。会員10人以上集まると、同好会に認定され、当センターより助成金が支給されます。(入会するとき配布の規定集「会員の趣味、趣向を生かす事業に関する施行細則」を参照) 仲間が集まれば事務局にご相談ください。

会員数の状況 (11月末)

入退会者数は令和5年4月から11月

会員数	901名
(男性会員数)	639名
(女性会員数)	262名
入会者数	84名
退会者数	105名
平均年齢	74.8歳

表紙作者のことば

書 福井カツ子会員 十二支の干支を「書」にすると、古代文字の素朴さ、おもしろさを感じます。

絵 樋口彰吾会員 水彩画はデッサン、彩色、濃淡等で趣が変わりおもしろいのです。

編集後記

会員の皆さま、新年あけましておめでとうございます。

ご家族・ご親戚、お揃いで新年をお祝いされたことと存じます。本年も「会報シルバーたからづか」をご支援助けます。また、恒例の「新春アンケート」にご応募くださった辰年生まれの皆さま、ありがとうございました。▲アンケートでは仲間づくりと人との付き合いを大切に、健康に気を遣ってウォーキングやスポーツジムなどでしっかり身体を動かす、酒を控えながらもうまい酒を飲んでストレス解消など窥い知ることができ、長寿の秘訣ここにあり。

(広報委員/今榮満夫)