

会報シルバー

# たからづか

第 185 号

令和7年1月発行

野上より日の出を望む

絵 樋口彰吾会員



# 新年のご挨拶



理事長 本本 丈志

新年あけましておめでとございます。  
皆様方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。

シルバー人材センターを取り巻く状況は、令和5年10月から導入されたインボイス制度や令和6年11月導入のフリーランス法の施行による新契約方法への移行など課題が山積し不透明な状況であります。また、全国的に会員が減少する中、女性会員の確保を含め、幅広い層において新規登録会員を

増加させるため、就業機会の確保・拡大は不可欠です。

当センターにとつては、大変厳しい時代ではありますが、これを変革の時ととらえ、新たな施策にも取り組んでいきたいと考えております。

結びに、本年が会員の皆さんにとりまして、穏やかで希望に満ちた一年となりますよう心から祈念申し上げます、年頭のご挨拶といたします。



新年あけましておめでとございます

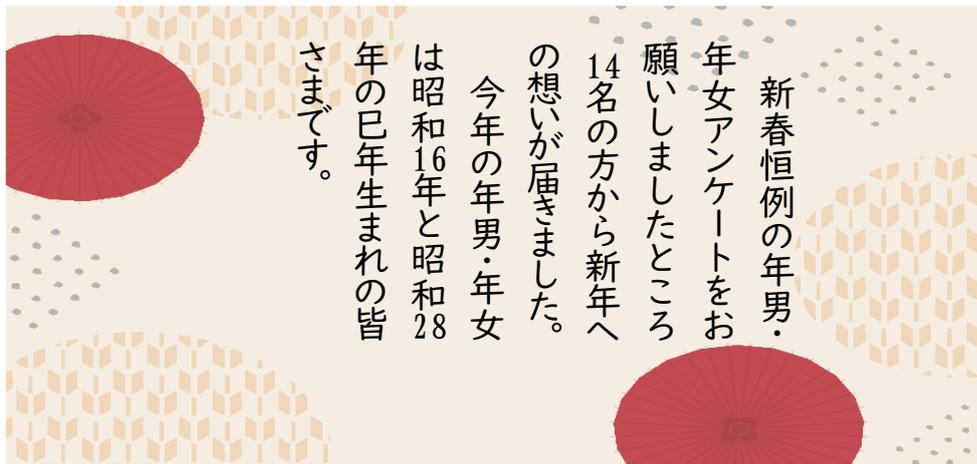
今年も皆さまの健康で幸多いことを祈念いたします。

令和7年は巳年、乙巳(きのと・み)。巳は蛇のイメージから、脱皮し強く成長する、その生命力から「不老長寿」を象徴する神の使いとして信仰されてきました。また、乙巳には、「努力を重ね、物を縁起のよさもあろうとす。



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14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16年と昭和28年の巳年生まれの方です。



# アンケート内容

**奥村尚宏**

家の周りを趣味のガーデニングでいろんな大きさのプランターを使用して、季節の花を植えてたり、柚子などの果実を植えてたりして、一年中を通して花の色彩を楽しんでいます。

また変わった花があれば、更に植えて、毎日、花を見て過ごす日々を行っています。充実した生活をおくれます。手入れなどすごく大変ですが好きなことなのでひとつも苦になりません。

**三宅淑江**

**日頃の健康法**

毎日7千歩を歩くようにしています。

その他に月2回のヨガと毎週1回のスイミングとアクアビクスもしています。

水泳がうまくならないので家で股関節のストレッチとインナーマッスルを鍛えるストレッチを頑張っています。いつまで続けられるかな!?

**日野康平**

**日頃の健康法**

私の「脳の健康」に一役買ってくれているのは、朝夕の新聞に掲載されている「数独」です。毎日、この数独の難問に挑戦しています。問題が解けたときの快感!「今日も1日いける!」という安心感が生まれます。

**太田義博**

**日頃の健康法**

普段実施している健康法は、仕事で身体を動かす以外に休みの日は1時間ほどのウォーキング、毎朝食事をすすめる、適正体重の維持、十分な睡眠時間の確保、喫煙をしない、野菜をたっぷり摂る生活などを心がけて生活しています。

**小林年子**

**日頃の健康法**

毎日健康のためにスマホ歩数計目標7千歩、軽い運動、体操を心がけてます。雨の日は休みます。

毎週、月曜日は百歳体操、終わつた後はおともだちとお茶や食事などおしゃべりしたり、いろいろお話ししたり楽しいです。

### 細身克行

#### 新しい年の抱負

6回目の年男を迎えるにあたり、子ども達の独立と孫達の健やかな成長を見ることが何よりの喜びである。今年も夫婦揃って健康寿命を延ばすことを目標に社会との接点を維持するよう心掛けた。そして日々何事にも感謝の気持ちを忘れずに過ごしていきたいと思っ

### 古田優

#### 日頃の健康法

シルバー人材センターにお世話になり10年余り、感謝しています。日頃から歳を意識せず適度な運動と健康管理に留意し、仕事や趣味の絵画(油絵)も楽しみたいと思っ

### 細川照道

#### 趣味や特技

ボクシングジムに通い今年で18年目に入ります。年男、今年も頑張ります。嬉しかったこと、感動したこと  
人様に対して大変親切な人を見ました。バスの中で重たい大きな荷物を長時間持つてあげていました。下車する時もやさしく接していました。

### 小廣正

明けましておめでとうございます。今までの人生を振り返ると人との出会いの素晴らしさを改めて感じる次第であります。中学、高校、大学の友人達、社会人になりサラリーマン時代の先輩、同僚、部下、退職後の名塩駐車場、JR中山寺駐車場、自治会の仲間達、趣味の釣りクラブの仲間達とは今も交流が続いています。私の健康面では妻が健康のバランスを考えての食事には頭が下がり感謝しかない。これからの人生、人との出会いと感謝の気持ちを大切に日常を楽しく過ごして行きたいと思っ

**渡邊 恵美子**

愛媛県より宝塚に  
転居して11年になり  
ます。楽しくサロン  
活動をしています。  
犬の散歩で日々の  
四季の移り変わりを  
楽しんでいます。  
健康に気をつけて  
日々見聞を広げなが  
ら過ごしていきたい  
と思います。

**橋本 千津子**

新しい年の出発を希望  
の年として元気であれば  
何でもできると信じて趣  
味の20年間続けている混  
声合唱団、論語、マージ  
ヤン、俳句、スマホの練  
習。「人は歩みを止めた  
時、挑戦を止めた時老い  
てゆく」と日々自分に言  
い聞かせながら健康を幸  
せと感謝して過ごしてい  
ます。

**板谷 友子**

**日頃の健康法**

毎日、時間のある  
時に歩くようにして  
います。

**高屋舗 純子**

**趣味や特技**

最近、文字の美し  
さから参拝記念に御  
朱印を集め始めまし  
た。閑静な風情を味  
わいながら多数の七  
福神巡りをしており  
ます。

**榮 有一**

**日頃の健康法**

亡き母が口癖のように  
「歯は財産やで」  
私自身60歳まで歯医者  
にもあまり行く事もな  
ったのですが年と共に歯  
茎も痩せてきたせいなの  
か歯間の虫歯が増えて来  
たので、歯ブラシの習慣  
にブラッシングで届きに  
くい奥歯と歯茎の隙間を  
磨く様になっています。  
古希を過ぎて一本でも  
多く残しておきたい。

西谷「希望の家」  
ボランティア

令和6年10月10日(木)、午前9時10分から午後4時30分まで、社会福祉法人「希望の家」(身体障害者支援施設)の運動会において当センター会員がボランティアを行いました。

当日はまず、テント張りや競技用具を揃えるなど競技が手際よく進行するように事前の準備作業を実施。そして、競技が始まると希望の家の職員さんと協力しながら運動会進行をお手伝い。競技終了後は全員で後片付け作業を行いました。

★ボランティア協力者 5名

- 西山孝 市宮敏
- 戸田稔 北崎俊二
- 倉本武保



競技のお手伝い

会員互助会  
研修旅行

うずしお観潮船とレモン狩り、昼食は鯛づくし

今年度の互助会研修旅行は淡路島・徳島県の「うずしお観潮船とレモン狩り」へ、令和6年10月16日(水)、17日(木)の2日に分かれて行われました。

両日は午前11時から12時が絶好の観潮の見ごろとなり最大規模のうずしおに見学者は歓声を上げていました。昼食は鳴戸グランドホテル海月で新鮮な海の幸をいただいた後、平岡農園でレモン狩りの体験をし、帰りのバスではビンゴゲームに興じながら帰路に着きました。

両日併せて会員・役職員68名が参加しました。



10月17日参加の皆さん



10月16日参加の皆さん



平岡農園でレモン狩り



昼食は鳴戸グランドホテル海月で



大きな渦潮に驚きの声が上がりました

**会員互助会  
養父市シルバー  
野菜収穫体験**

令和6年11月19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しました。参加者は畑に立派に成長した大根をスーパ一の値段を想像しながら、値頃なもの収穫に大満足。数日前より少し秋らしさを感じられ、収穫体験にふさわしい一日になりました。会員・役員23名が参加しました。



**地区・地域班活動**

**◆長尾2地区シルバーの日**

令和6年10月1日(火)、シルバーの日のボランティアでピラ配りとゴミ拾い清掃に参加しました。参加者12名。活動後、シルバーの日のボランティアについて食事をしながら反省会を行い、続いてカラオケを楽しみ、次の集まりを約束して散会しました。

**スマホ講習会**

令和6年10月から12月まで、当センター大会議室にて総務省「デジタル活用支援推進事業」の一環としてスマートフォン基礎と活用方法が学べる講習会を12回開催し、会員延べ72名が受講しました。

- 講習内容 (各講座選択性)
- ・アプリのインストール方法
  - ・インターネットの使い方
  - ・メール(Gmail)とSMSの使い方
  - ・地図(MAP)アプリの使い方
  - ・SNS(ライン)の使い方
  - ・浸水ナビで水害シミュレーション



講習会の様子

シルバー人材センター事業普及啓発促進月間

当センターでは、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様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、駅前でのPR活動やシルバーフェアを開催してまいりました。

◆シルバーの日活動

令和6年10月1日(火)、売布神社駅前や宝塚駅前、山本駅前周辺の3ヶ所に分かれ、地域班の役員・会員・役職員36名で午前10時から正午まで「会員募集」「お仕事の依頼」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さまにお礼申し上げます。

売布神社駅 協力者 2名

荒川 淳子 佐々木はるみ

宝塚駅 協力者 6名

安井 修 尾上 美子  
高屋舗 純子 大門 健一  
北垣 敏明 今榮 満夫

山本駅 協力者 15名

村上 英雄 野澤 容子  
倉本 武保 市宮 敏  
島本 稔 脇田 達志  
阪上 法子 酒井 榮二  
能口 裕子 戸田 稔  
土井 弘志 長島 良雄  
船崎 政治 能祖 淳子  
藤原 美子



阪急売布神社駅前



阪急宝塚駅前



ゴミ拾いもしました



阪急山本駅前

シルバーフェア開催

令和6年9月28日(土)、シルバーフェアが末広中央公園にて、当センターおよび(株)プラムロック (with OSORA market) 共催で開催されました。

当日は「はたらくくるま大集合」のスタンプラリーがあり子供連れのご家族で大変にぎわいました。親子で次々と車に乗り込み大人気となり、すべてスタンプを集めたお子さん達が景品交換のシルバーブースに集中しうれしい悲鳴を上げていました。





# シルバーフェア

はたらくくるま大集合



兵シ協事業推進大会

◆兵シ協会長表彰受賞

令和6年10月31日(木)、午後1時から4時まで神戸情報文化ビル松方ホールにて開催された、兵シ協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。

・永年会員表彰 (25年)

加藤 順三 織山 茂  
石原 春幸 仮屋 順一郎  
佐藤 一雄

・永年会員表彰 (15年)

下原 芳正 松下 庸善  
板井 信夫 近藤 晋  
辰巳 昭子

・資格取得補助制度

第一種衛生管理者

大仲 洋平

入会説明会

◆出張入会説明会開催

当センターでは、入会希望の方に必ず入会説明会を受けていただきますが、10月は当センターのほかに、市立東公民館において開催しました。当センターにお越し願うことなく入会説明会を受けていただき、長尾地区の方々には好評をいただきました。



出張相談会

◆出張相談会開催

当センターでは、市民の皆さまに親しくシルバー人材センター事業に接していただくために、出張相談会を開催しています。10月と11月は買物客でにぎわう百貨店とスーパーマーケットで開催しました。

◎宝塚阪急百貨店

令和6年10月1日(火)、宝塚阪急百貨店食品売り場入り口前で開催しました。



◎イズミヤ小林店

令和6年11月8日(金)、9日(土)の両日イズミヤ小林店1階催事スペースで開催しました。



## 同好会・サークル紹介

現在2つの同好会と1つのサークルが活動しています

### ○詩吟サークル

毎月第1・2・3木曜日、午後6時から西公民館で開催しています。

代表者 嶽(だけ)伸行



### ○ゴルフ同好会(一喜会)

年4回、宝塚市内のゴルフ場でコンペを開催しています。

代表者 山地純二



### ○テニス同好会(KTC)

毎週木曜日、午前10時から12時まで市立スポーツセンターテニスコートでプレーをしています。

代表者 名和昌昭



	男性	女性	合計	平均年齢
会員数	637人 (639人)	274人 (262人)	911人 (901人)	74.9歳 (74.8歳)
入会者数	66人 (45人)	52人 (39人)	118人 (84人)	70.1歳 (71.6歳)
退会者数	86人 (69人)	43人 (36人)	129人 (105人)	76.0歳 (76.6歳)

◆**会員数**  
令和6年11月末現在  
入退会者は4月から11月  
カッコは前年値



### ◆編集後記

あけましておめでとうございませう。皆さまには昨年はいかがが過ごされましたでしょうか。私は夏が苦手なもので、トンネルを抜けるとそこは南国だった、みたいでとても暑く長い日々には辟易しました。▲なので、新年号を編集する最初の会議のころは、まだまだ残暑が厳しく委員の間でも汗をかきながら「お久しぶり、お元気でしたか」と挨拶をかわし近況を話しながらまとめておりました。また、今号の表紙も樋口会員が快く引き受けていただきました。感謝いたしております。▲今年一年会員の皆さまの健康とご多幸を祈っております。

広報委員

高屋舗純子

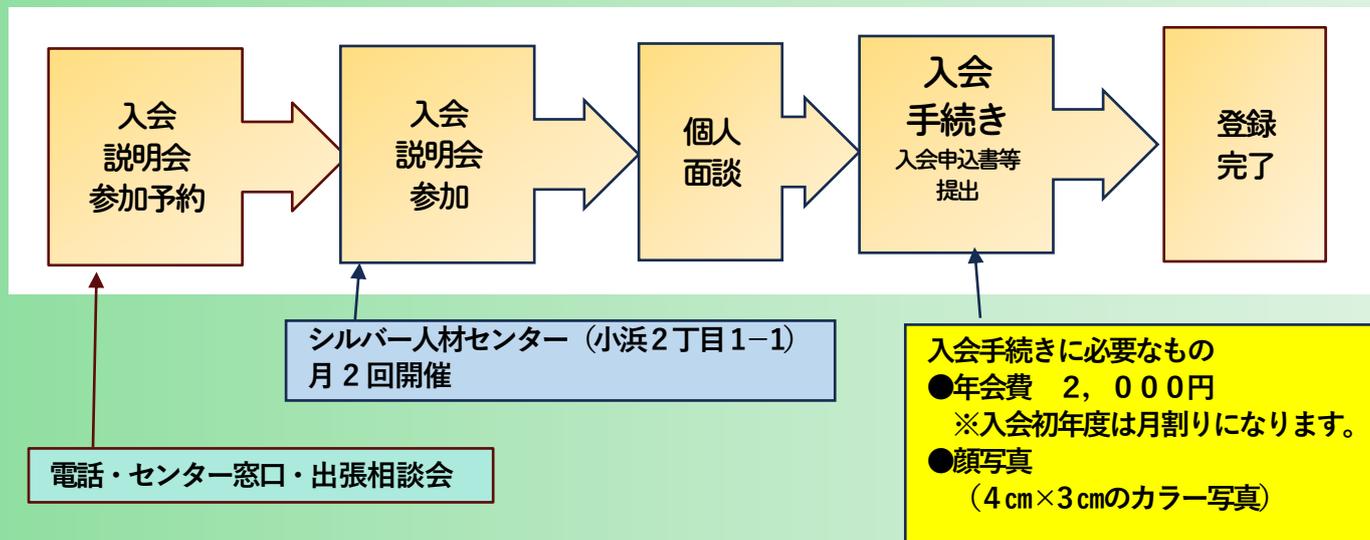


# 会員募集中



## 会員になるには？

- 宝塚市内に在住するおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方
  - 入会説明を受けセンターの趣旨に賛同した方で、入会申込書など必要書類を提出した方
- ※登録するには、「入会説明会」にご参加いただくことが条件となります



あなたの**力**が必要です！はたらく**仲間**になりませんか？

## 需要の多いお仕事

除草  
屋内外清掃

家事援助  
サービス

植木剪定

屋内外  
軽作業

## 会員として働くということ

- ★会員は、当センター・発注者とも雇用関係はありません。
- ★会員として登録しても、仕事や収入が必ずあるとは限りません。

## シルバー人材センターとは？

シルバー人材センターは、高齢者が組織的に働くことを通じて、追加的収入を得るとともに、健康を保持し、生きがいを持ち、地域社会に貢献するという「自主・自立、共働・共助」の理念を基本として、急速な高齢化社会の中で発想された新しい就業システムです。

