

# ほろき シルバー 人オセンター

平成29年(2017年)  
秋号 No.108



## もくじ

- 直撃インタビュー「地域活動について」…………… 2
- 同好会活動(料理・手芸・英会話)…………… 3
- 振り込め詐欺防止機器の取り付け…………… 4  
私の趣味「歌とともに」
- 太田ふるさとまつりを終えて・クローバーだより… 5  
交通安全講習会・救命講習会報告
- 安全適正就業通信・理事会だより…………… 6
- 会員一泊研修バスツアー…………… 7  
ハイキング同好会・秋の奉仕活動
- ひろば・事務局だより・クイズ・編集後記………… 8

## みなも 池の水面に映る 紅葉の美しさに感動!!

【金戒光明寺(京都・平安神宮の北東)】

写真は 会員・藪下 昌久氏の提供

silver



直撃インタビュー

中村地区委員長 & 大垣係長に聞く  
シルバー人材センター活動の原点・地域活動から



熱く、地域活動を語る中村地区委員長

地区委員会とは

◆地区委員会の組織とは。

◆当センターは現在1450人の会員が65の班組織のもと、市内を中央・東・西・南・北の5地区に分割して活動しています。この5地区で班長さんの中から互選で地区委員を選任し、地区ごとの取りまとめをお願いしています。

◆地区委員の活動状況は。

◆現在、センターは就業先の開拓と新規会員の増強を目標に取り組んでいます。そのけん引役が班長

さん、たばね役が地区委員です。地区委員は事務局とのパイプ役であり、相談役です。気軽に声をかけてください。

地域活動の重要性

◆最近「地域活動の重要性」が盛んにいわれます。地域活動をさらに活発に

していくには。

◆「地域は各地域で守る」ことが重要になります。清掃などのボランティア活動も、居住地区で行うことで、より多くの人の目に触れ、

ひいては普及啓発につながります。

人と心が通い合うことが大切!!

◆担当されている東地区は、とても活発だそうですね。

◆東地区では、「太田地区のふるさとまつり」への参画や、総持寺「地域の夜店まつり」のお手伝いなどを毎年行っています。14人の班長のうち半数以上が参加しています。自然と会話が増え、考え方も性格も趣味も理解し合っています。

◆お互い人間と人間なんでしょうよ。心と心の通じ合いが大切なんです。地区ごとの班長会議、テーマの決め方は。



解りやすく答えてくれる大垣係長(右)

◆例えば、昨年は「シルバーエイジの生きがいづくり」に全地区で取り組みました。私も東地区も「どう展開すれば、より良い結果が得られるか」という視点から議論を重ね、おかげさまでセミナーには100人近くの参加者がありました。物事を成し遂げるとき、大切なのは班長さんの意思統一ができていて、ベクトルが同じ方向を向いていることです。

地域班長の心構え

◆班長としての心構えについて。

◆シルバー人材センターの理念を

浸透させていくことが大切

です。会員さんへ書類を配る時でも、単にポストイングするのではなく、インターホンを鳴らして顔を合わせて手渡しします。留守ならポストに入れて、後で電話し、「今回はこれとこれが大事だから読んでおいてくださいね!」とお願いいたします。高齢者の集団ですから、みんなで支えあい、助け合うことは会員の大切な使命だと思います。さらにセンターとして、地域に溶け込むことが大事です。地域で活動することでセンターの存在を



地区委員のみなさん  
前列左から 中村 裕さん(東)、深田壽子さん(南)、河合眞寿雄さん(北)  
後列左から 毛利浩之さん(西)、岡本悦司さん(中央)

知っていたら、地域に根付くという好循環につながると思っています。今後、力を入れていくことは。◆これから福祉家事支援事業の充実が必要とされています。地域でのそうした需要に添えていくためにも女性の力は不可欠です。女性に入会してもらえれば仕組みづくりを、地域に密着した地域班長と地区委員が先頭に立って取り組まねばと思っています。|有意義なお話をありがとうございました。

「インタビューを終えて」

中村さんの趣味は「社交ダンス」。「たくさんのステップを覚え、男性は女性をリードするのが役目で認知症予防にはもってこいなんです」と、にこやかにまとめました。





### A.B.C 英会話同好会

テレビのワイドショー「ちんぷいぷい」のコーナーに、「ロザンの道案内しよッ！」があります。漫才コンビ「ロザン」の宇治原の相方「菅ちゃん」がカタコトの英語（ほぼ、単語の羅列）で外国人観光客の道案内をする名物コーナーです。私たちの英会話同好会で彼の英語力が話題になるのですが、彼は大学を中退しています。

欧米人は、学校で6年間も英語を学んだ日本人が、



英会話を楽しんでいます

なぜ会話ができないのかと不思議に思うそうです。やはり、日本の

## 同好会だより

### みなさんの参加を待っています！

英語教育は、知識中心の受験英語になっているからでしょうか。

私たちは、まず英語を口に出すことをメインに、NHKの中学3年生程度のテキストを使って、月2回（第1・第3木曜日午後、会費無料）、市役所近くのシルバーサポートセンター2Fにて英会話を楽しんでいきます。気軽に越しください。

(宮川 恭二)



### 料理クラブ同好会

料理クラブ同好会は、毎月第2火曜日に、センターの調理室を使用させていただき、実施しています。現在は、男性6名・女性2名の8名で2班に分かれて料理を作っています。

がんばって作った料理は、とてもおいしくて、メンバー同士での会話も大いに弾みます。みんなと一緒に食事することは楽しいことだなと思います。

ちなみに、私が今、料理で一番大切にしていること

は盛り付けです。外食の時も、おいしそうな盛り付けなどの工夫が気になります。

献立は、旬の食材を使うようにし、月初めの木曜日には、本番に備えて試作をしています。お気軽にのぞいてみてください。

同好会の悩みは、年々人数が減っていることです。会員の皆様のご入会をお待ちしています。

(荒木 孝)



料理の味と盛り付けは大切

### 手芸同好会 つくしの会



作品のでき上がりが楽しみです

「つくしの会」は毎月第2火曜日・第4金曜日の午前10時から午後3時ごろまで、シルバーサポートセンター2階、多目的室で手づくりの作品を製作しています。

パッチワーク、編み物、服や着物のリメイク、ビーズ細工、犬や花のブローチ等をお互いに教え合いながら手を動かす、おしゃべりにも花を咲かせています。

シルバーセンターの行事があれば販売もしますし、センター事務所入口とシルバーショップでも展示、販売をしています。

私が「つくしの会」へ入会した時はたくさん仲間でにぎわっていましたが、平成27年8月末の引越以降、活動場所が変わったことで減ってきています。

手芸の好きな方、一緒に作りましょう。ぜひ、見学にお越しください。お待ちしております。

(深田 壽子)



### 振り込め詐欺被害防止に「シニアネットワーク」がひと役

7月に茨木市高齢者支援課による、茨木市特殊詐欺被害等防止対策機器設置事業業務を「シニアネットワークいばらき」で受託しました。シルバー人材センターは機器の設置、NPO法人茨木シニアカレッジ・茨木市老人クラブ連合会は、アンケート調査と結果報告を担当しています。



市内で高齢者を狙った還付金を

詐欺等の被害が急増しているため、対策機器を無償貸与しています。  
▼貸与期間 来年3月31日まで  
(その後、機器は無償譲渡)

▼対象 次の条件をすべて満たす方  
①65歳以上の市民  
②単身高齢者  
世帯または高齢者世帯  
③機器設置後のアンケートに協力できる方  
▼定員 先着100台  
▼備考 申請後、設置に関する資格審査あり

▼申込 印鑑をお持ちのうえ高齢者支援課窓口で申し込み  
▼問い合わせ先 高齢者支援課  
(電話番号620-1637)まで。  
現在も、設置受付中です。

(渡邊 康太)

### 装置取り付けは、何でも隊で

「振り込め詐欺防止のための装置」は電話がかかって来た時、相手に対して「振り込め詐欺等犯罪被害防止のため、会話内容が自動録音されます」と警告音声を出し通話を自動録音する装置です。

お年寄りのお家への設置です。詐欺にあったことがある方、詐欺電話を受けたり、友達が詐欺にあった方々からの申し込みが多くあります。

お年寄りには少し難しい設定が必要ですが、各種詐欺の抑止力に



振り込め詐欺防止装置

より多くのご家庭に普及して、詐欺のない日が来ることを祈って、装置を設置しています。

(「何でも隊」成松 隆)

### 私の趣味 歌とともに

小林 忠雅



“自作の歌”を熱唱

水泳一筋できた19歳の時。けがで選手生活を断念。失望のどん底にいた頃に、ふと目にした新聞の「歌手募集」の広告。それが歌との関わりのきっかけでした。

さっそくオーディションを受けて合格。歌の世界へ足を踏み入れたのです。当時は、東京都内のアパートで親からの仕送りとアルバイトで生計を立てる大学生。そのうち歌と仕事の両立に悩むことに。そんな時、プロダクションの社長から「住み込みで学校に通えば」との話をいただき、プロ歌手との同居が始まりました。

最初は付き人でしたが、やがて自分でも歌うようになり、昼間は歌とギターのレッスン、夜は歌の仕事に明け暮れました。しかし、歌の世界を知らない私には、すべてが大変な毎日。クラブやアルサ口回りが多く、初めて経験するこ

とばかりでした。苦と楽にあふれたこの数年間は、今の自分の基礎になったと思っています。

卒業後は大阪に戻り、サラリーマン生活を送ることに。ただ、音楽から離れることはできず、社でバンドを組み、結婚後も歌をやることはありませんでした。

古希にして念願の作曲家に!!

定年後は曲作りにも励み、日本作曲家協会に応募した作品が認定され、念願のプロ作曲家仲間入りしました。70歳での快挙です。今は自宅近くのカラオケ喫茶で歌謡教室を月1回開催し、指導しています。これからも歌との関わりを保ち、人の心に残る楽曲を送り出せるよう頑張ります。

歌は、腹式呼吸や歌うこと自体が脳の神経細胞を活性化するなど認知症予防にすぐれた効果があると医学界でもおすみつきです。歌を愛してやまない方々、私と一緒に楽しく歌いませんか!!



歌謡教室で指導中



「太田ふるさとまつり」  
2017に参加して



にぎわう太田ふるさとまつり

8月5日、「太田ふるさとまつり2017」が太田小学校で開催されました。猛暑や夕方の方の豪雨にも関わらず、約5500人の来場があり、

太田ふるさとまつりを  
終えて

今年、私は缶バッジの販売を担当しました。今回は既成の物を販売するだけでなく、自分で描いたもの(自作)を使用するという試行がとられ、それが成功を収めました。特に子供たちにとって、自分で描いた作品を缶バッジにするということに、好奇心が刺激され、自身で学ぶ意識を身に付ける良い機会になったように思います。缶バッジという身近なモノ(生活の中で使う物)を製作することで好奇心や創作意識を満たすこと

大盛況のうちに無事終わりました。シルバーとして2回目の参加となる今年は、缶バッジの販売と啓発で参加しました。各地区の班長15名も積極的な協力。お客さまにも缶バッジの製作を自作体験してもらい、皆で声をかけあって祭りを盛り上げました。啓発では、太田地区のご当地キャラクターの限定マグネットとチラシを同封し、配布しました。今後、茨木市シルバー人材センターが広く浸透し、周知されるよう、積極的に地域活動に参加しようと思います。(渡邊 康太)



缶バッジ作りに奮闘

ができたようにも感じました。これからも、祭りをより楽しいものにしていくために、このような工夫を凝らした企画を考え実行していきたいと思えます。(座古 明)

3周年記念

シルバーショップ「クローバー」は、8月で3周年を迎えました。「感謝3(サン)・9(キュー)ありがとう」をテーマに、日頃の感謝とシルバー人材センターの啓発を兼ねて、8月21日〜31日までの9日間、来店されたお客さまや弁当を購入されたお客さまにささやかなプレゼント。おかげさまで、期間中の来店者数も延べ550人を記録するにぎわいでした。スタッフ一同、感謝の気持ちを忘れずに、これからも、安心でおいしい食事を頑張ってお届けしたいと思っています。(矢野 宏美)

「クローバー」ショップ便り

救命講習会報告

9月19・20・22日、茨木市消防本部において救命講習会入門コースが実施され、3日間で119名の参加がされました。AEDの使用方法や心肺蘇生マッサージなど緊急時の対応に役立つ講習です。いざという時に対応できる知識を増やすためにも、未受講の方は、次回必ず受講してください。



安威川ダムカレー

以前、お客様に野菜たっぷりのカレーライスをお出ししたところ「とてもおいしい!」と喜ばれ、そのことがダムカレーを考えるきっかけになりました。驚いたことに、日本ダムカレー協会というのがあり、100種類以上のカレーがすでに登録されています。当ショップのダムカレーは、安威川ダムを模して堤になるライスには五穀米を使用。ルーは玉ねぎをよく炒めてコクを出し、豚カツで放水路を作るといふ、個性的なものです。月曜日のみ販売です。ぜひ一度お召し上がりください。(阿邊山 美智子)

交通安全講習会報告

9月19日、21日に交通安全講習会を実施し、延べ137名が受講されました。就業の行き帰りに自転車を使用することが多く、最近増加している自転車による交通事故に対応し、高齢者の自転車と歩行に関する研修を行いました。3年に一度は必ず受講する必須講習となっております。交通安全に対する意識と自覚をもち、より安全に就業ができるよう、未だ受講していない方は受講し、就業の条件を整えてください。



安全適正就業通信

安全パトロール実施

安全・適正就業強化

月間として、7月27日、事務局、安全適正就業委員、および安全推進員で大規模な除草現場のパトロールを実施しました。

一部、安全面での指摘事項もありましたが、現場リーダーを中心に就業会員51名が、猛暑日にも関わらず、協働・共助の連携プレーで一生懸命に就業していました。今後もパトロールを通じて、「会員一人ひとりが安全に対する意識を高く持つてもらい」、一丸となつて事故防止に努めます。



猛暑の中の作業と安全パトロール

大シ協安全就業大会

7月21日、ホテルアウイーナ大阪(大阪市)において平成29年度安全就業大会が開催されました。

今年度の全国統一安全スローガンは『事故防止、急ぐな、あせるな、気を抜くな』

平成28年度に大阪府下のシルバー人材センターで発生した傷害事故は287件(就業中195件、途上92件)で、賠償事故は136件発生しています。

特に就業途上における自転車の事故の割合が、途上92件中60件と多発しています。会員の皆さま一人ひとりが、交通ルールを遵守し、しっかり安全確認をして運転しましょう。(萩原 啓輔)



生活習慣病の予防は、運動習慣や食生活、疲労、喫煙、飲酒など毎日の生活習慣を見直すことから始まります。年に一度は健康診断を受診してください。

次の事に留意しましょう。

- ① 食事の摂取は腹八分目にする。
- ② 野菜の摂取量を増やす。

平成29年度上半期の事故発生および事故状況(7月31日現在)

発生日	事故の種別	就業中・途上の別	事故状況(概要)
4月25日	賠償事故	就業中	敷地内を刈払機で除草作業中に飛石を発生させ、ベランダの窓ガラスを破損させる
4月28日	賠償事故	就業中	駐車場内を刈払機で除草作業中に飛石を発生させ、駐車車両の後部窓ガラスを破損させる
5月24日	賠償事故	就業中	マンション内を刈払機で除草作業中に飛石を発生させ、駐車車両の後部窓ガラスを破損させる
7月26日	賠償事故	就業中	駐車場内を手刈除草作業中に、腰に吊り下げていた蚊取線香入れが、駐車車両の側面に接触し、傷をつける

傷害事故	0
①途上	(0)
②就業中	(0)
賠償事故	4
合計	4

自転車事故	0
-------	---



理事会だより

平成29年度第2回理事会が7月25日開催されました。報告事項は左記の通りです。

報告事項

- 諸般の報告
- 正会員の入会について
- 事務局職員の異動について

委員会報告

- 1. 総務委員会
- 2. 就業開拓委員会
- 3. 安全・適正就業委員会
- 4. 福祉家事推進委員会
- 5. 広報委員会

その他

- 役員賠償保険の一部負担について
- 剰余金の解消について

各委員会では、独自の取り組みが行われていますが、各委員会を、クロスオーバーするような地域貢献に根ざした事業。とりわけ、ボランティアで取り組む事業も、考えていかねばならないと思います。

(野瀬 恵美子)





**会員一泊研修  
バスツアー**  
11月9日・10日予定



パワースポットの竹生島と  
長良川温泉めぐりの旅

今年も会員相互の交流・親睦と、会員拡大を先進している他センターの見学研修を目的とした一泊バス旅行を計画しました。

**【実施予定】**

◆実施日：平成29年11月9日(木)・10日(金)

◆参加費：1万3千円

◆申込期間：10月6日から10月17日まで

(期間厳守)

◆定員：45名(先着順)

\*参加者は、受付期間内の先着順

\*詳細は別途配布の「会員一泊研修バスツアーのご案内を参照」

**【行程 1日目】**

●東近江市シルバー人材センター見学研修

●彦根市内で昼食 ●竹生島巡り

●長良川温泉で宿泊

**2日目**

●徳山ダム見学 ●郡上八幡で昼食

●食品サンプル製作体験

(担当：塩見)



カラオケで得意ののどを!

ハイキング  
同好会

同好会だより 京都

伊根湾めぐりのたび

年一回のお楽しみ、ハイキング同好会の温泉旅行を実施しました。9月3日午前9時、参加者36名がバスで、茨木駅前を京都の夕日ヶ浦温泉を目指して出発しました。晴天無風の好天に恵まれ、添乗員さんはおなじみのベテランの方。今回で7回目だそうで、車内もなごやかで楽しいひとときとなりました。

バスは中国道、舞鶴道を北進し、出石で昼食休憩を取りました。次に「法話の寺」で有名な偏照寺に参拝し、楽しみな宿、夕日ヶ浦温泉「佳松苑」に到着しました。

カラオケでは、デュエットやグループ等で得意ののどを披露して大盛り上がり。なごやかなひとときを過ごしました。

翌日は、伊根湾での舟屋見学に

続き、乗船して湾めぐり。

風景とともに、乗

船した人の

の手から

せんべ

いぐを直

接食べる

カモメに

目を見張

るなど、



伊根湾めぐりの船上で

宿では名前のごとく夕日を背に浴びて、特産のエビや海産物等に舌鼓を打ち



集合写真(伊根湾にて)

珍しい体験もできました。

TVで見たり聞いたたりした観光スポットを実際に観ることに、興奮と大満足の一日でした。

大変快適な旅行をすることができ、お世話いただきました皆さまに心からお礼を申し上げます。

(伊澤 順一)

秋の奉仕・普及啓発活動の参加を!

10月20日(金)予定



センターの普及啓発事業の一環として、毎年春と秋に実施の清掃奉仕活動と、センターのチラシ配布を、10月20日(金)に行います。

公益法人として、地域に根ざした活動を継続することは大切なこ

とであるとともに、センターの存在をアピールする機会にもなります。多くの方の参加とご協力をよろしく願います。

(詳細は別途配布のプリントを参照してください。)



皆さんの仲間  
(会員数)

9月19日現在	
男	1,031人
女	449人
計	1,480人



会員 坂本 暁子

絵手紙

窓越しに満月ながめ遠き世の  
父母恋し在りし日思う  
かぎりなき夢を秘めつつ今日もまた  
窓の明かりは次々と消ゆ

短歌

会員 加藤 貞枝

ひろば



「脳トレ」で「読書の秋」に  
チャレンジしましょう。

第21回  
クイズ

- 木へんに「春」「夏」  
「冬」はおなじみですが、
- ①木へんに「秋」は？
  - ②木へんに「花」は？
  - ③木へんに「山」は？
- 何と読むでしょうか。

秋 花 山

**原稿募集しています!!**  
このコーナーで作品を募集  
しています。表紙写真・川柳  
・俳句・短歌・絵手紙など、  
気軽にご応募を。  
事務局(高橋)まで  
お知らせください。



**北摂ブロック2017  
フェスティバル**  
開催日 **10月21日(土)**  
●場所: 阪急池田駅前  
てるてる広場  
●時間: 午前11時~午後4時

新職員ひと言



萩原 啓輔  
7月より  
ご縁をいた  
だき、現在、  
除草・剪定

作業、なんでも隊、襖・障子の張  
り換えを担当しています。  
出身はお隣の摂津市ですが、茨  
木市内の高校に通ったため、茨木  
市には愛着を感じています。前職  
は住宅建材を扱う会社の総務部で  
した。経験を生かし、一日でも早  
く皆さまのお役に立てますよう一  
生懸命努力いたします。

事務局だより



川田 綾香  
7月から  
公共業務担  
当・高橋職  
員のアシス

**よろしくお願ひします!!**  
タントとして勤務しています。会  
員の皆さまはもとより、公共のお  
仕事やその他の活動も早く覚えて、  
サポートできるよう努力したいと  
思います。  
毎日の仕事は、電話や窓口で会  
員の皆さまとお話することから  
始まりますが、いつも元気をいた  
だいています。毎日が感謝です。

編集後記

今年も早や「秋号」、今年の最終  
号となります。会員の皆さま、ご自  
身の年頭の抱負を覚えていきますか。  
私は「継続」でした。

腰痛を発症して、医師の勧めで始  
めた「ラジオ体操」、いつまでも健  
脚でとの思いから「ウォーキング30  
分超え」、認知症予防の思いから1  
日を振り返る「10年日誌」。いずれ  
も10年以上続けています。そして楽  
しみは仲間との交流…。

続けることって、強い意志と忍耐  
が必要で、サボリなくなる心を振り  
払い、「健康寿命を延ばす！」を思っ  
て継続しています。(柏木 秋江)



。手まひいを林全海山  
のそのまは、林木大たし愛の豆  
の物産産産産産産産産産産産  
。すまし表を「じじみも」ら  
こへへへ色か薬の本木にににに  
。「木」はひで字漢用常。本  
察い近10に似に似に似に似に  
。す。す。す。す。す。す。す。  
「まそ」③「に順  
「ぎん」②「に順  
「まそ」③「に順