

シルバーきりゆう

第65号



桐生駅南口駅前広場のカリヨン（鐘）

目次

桐生駅南口駅前広場のカリヨン・表紙
理事長・互助会会長挨拶・・・2
定時総会の開催・・・・・・・・・・3
表彰者の声・・・・・・・・・・・・・4

新役員体制の紹介・・・・・・・・・・5
私の趣味・健康法・ランチ紹介・6
互助会より・・・・・・・・・・・・・7
事務局より・・・・・・・・・・・・・8

P.7 特に
要チェック!
申込用紙付



公益社団法人桐生市シルバー人材センター

4 期目にあたって



理事長 萩原 健次郎

令和4年6月8日の定時総会で4期目の理事長を仰せつかりました。

当センターにおいては、新型コロナウイルス感染症の相次ぐ変異株の蔓延により少なからず影響を受けました。また、その変異株の蔓延によりついに第7波が全国的に猛威を振り始めます。国も群馬県も景気の悪化を恐れて「まん延防止等重点措置」の運用はせず、感染対策の十分な処置を講ずる指示にとどまっている状況です。しかし、この様な中で派遣分野においては、コロナ禍以前の実績を上回る好結果となりました。これは、国内におけるワクチンの接種率の高まりや新型コロナウイルス感染症への新薬開発など明るいニュースが希望的観測として新規需要に結び付いたものと推測されます。

特に本年は女性会員や高齢会員が気軽に就業の機会を得られるよう努力していく所存です。

4期目も頑張らせていただきますので、皆様方の一層のご協力をお願い申し上げます。

.....

コロナ禍の互助会活動を模索して



小川 勝

この度、3期目の互助会会長を仰せつかりました。引き続き頑張ってもらいたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

長らくコロナ禍の中で互助会活動ができない日々が続いていましたが、久しぶりに会員互助会が行われることになりそうで、心の中で安堵しております。

会員の皆様が、互助会の楽しい行事が開かれることを待ち望んでいると思います。

まずは、ハイキング、ボーリング大会、グラウンドゴルフ大会を予定しています。開催する際はコロナ感染予防対策をしっかりとって開催したいと考えております。誠に残念ですが、シルバー祭りは今年も中止になりますが、来年は開催できればいいなと思っています。その際にはよろしくお願いいたします。

早くコロナやサル痘など収束すれば良いなと思っています。

これからもご協力よろしくお願いいたします。

令和4年度定時総会を開催しました

令和4年6月8日（水）桐生市市民文化会館小ホールにおいて公益社団法人桐生市シルバー人材センター定時総会が開催されました。

新型コロナウイルス感染症防止対策を取り、委任状305名、出席者26名の少人数で開かれました。

片所理事の司会により、小川勝副理事長の開会の言葉で始まり、萩原健次郎理事長の挨拶の後、議長に見供和夫さんが選ばれ議事に入り、令和3年度補正予算、事業報告、決算報告、令和4年度事業計画、当初予算、総務委員長の今村理事より報告があり、山本理事の閉会の言葉で終了となりました。

今年の会員表彰は、5年30名、10年14名、15年12名、20年5名の合計61名の方が表彰されました。表彰式はありませんでしたので、賞状、記念品は後日お渡しとなりました。

小休止の後、会員互助会総会が開かれました。小川勝会長の挨拶の後、令和3年度事業報告、収支決算報告、令和4年度事業計画案、収支予算案の説明があり、互助会総会が閉会となりました。



表彰者の方よりコメントを頂きました



15年表彰を頂いて

朝倉 みね子（桐生地区）

この度は、15年表彰を頂き誠に有難うございました。ここまで続けて来られたのもひとえに、事務局の皆様をはじめ一緒に就業に携わってくれた沢山の会員の皆様のおかげと心より感謝申し上げます。

15年という月日を思い起こしてみれば、今日まで様々な体験をさせて貰ったことを今更ながら有難く感謝の気持ちでいっぱいです。過ぎてしまえばあっという間の15年でした。

これからも健康に留意して、無理のない程度に就業させて頂けたなら幸いです。健康維持のためにも。



15年表彰を頂いて

桑原 和威（黒保根地区）

思い起こせば平成20年にシルバー会員に登録しました。最初は不安でした。支所企画の刈払機取扱、安全衛生教育、現場でベテランの方の下で指導を受け、作業が出来るようになりました。

6月には運転免許認知機能検査に高齢者講習を受け、無事免許更新してまだまだ頑張ります！会員の皆様には仲良くして頂き感謝しています。これからもよろしくお願ひいたします。



10年表彰にあたって

川口 武（新里地区）

この度、10年表彰を頂き誠にありがとうございました。入会時は2～3年シルバー会員としてお世話になるつもりでしたが、色々な仕事をする中で多くの会員との交流があり、又、いい仲間恵まれいつの間にか10年が経過しました。互助会行事の旅行やシルバーまつり等にも参加させて頂き、今は楽しい思い出ばかりでシルバー会員になって良かったと改めて思います。

ここ2～3年新型コロナウイルス感染拡大に伴い、シルバー人材センターの業務にも影響があり、早い収束を願うばかりです。これからも健康維持に努め頑張りたいと思います。

5年表彰を頂いて

大谷 正行（新里地区）

中国の七言絶句偶成 - 朱熹に「少年老い易く学成成り難し一寸の光陰軽んず可からず」という漢詩がありますが、まだ60、まだ70と思っているうちに後期高齢者となりました。

シルバーに入会して早5年となり、この度表彰していただき誠にありがとうございました。紹介していただいた仕事もセンターや会員仲間の皆さんに助けられながら無事にこなしております。仕事は丁寧に、そして安全第一を心掛け、お客様からの要望やコミュニケーションについても明るく対応し、シルバーの仕事が永続、そしてセンターが繁栄するよう併せ心掛けています。

盛年重ねて来たらずといいますが、いつまでも気持ちを若く持ち、これからの歳月をセンターや会員の皆さんと共に健康に過ごしていきたいと思います。今後とも皆さんよろしく願いいたします。



20年表彰の会員さんより

20年表彰を頂きありがとうございます。あっという間の20年だった。これからもよろしく願いいたします。といったお声を頂いております。



部会及び委員会の新役員体制

○総務部会

総務部会長・・・松嶋理事
総務副部会長・・・片所理事
総務委員会委員長・・・今村理事
地域活動委員会委員長・・・舘野理事
広報委員会委員長・・・周藤（美）理事

○事業部会

事業部会長・・・河内理事
事業副部会長・・・吉永理事
業務委員会委員長・・・川口理事
業務委員会副委員長・・・周藤（素）理事
安全委員会委員長・・・山本理事
就業開拓委員会委員長・・・星野理事



○シルバーさぼーと隊

隊長・・・小川理事

今年度は役員改選があり、新しい役員体制となりました。それに伴い、部会及び専門委員会の体制も新たになりました。

理事さんがそれぞれ長になって、委員さんとともに活動していきます。

今後とも会員の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

わたしの！趣味・健康法・ランチ紹介～



毎日の健康管理はスマホのアプリ

私は3年前心筋梗塞で入院し、退院後、医師から軽い運動を毎日行った方が健康の為に良いと言われ、仕事の合間にウォーキングを始めました。今は自宅近くを毎日1時間ウォーキングしています。スマホのアプリで歩数、血圧、脈拍、体温、体重等毎日記録管理をし、日々見直しをしています。最近はアプリも色々あり、歩数目標を達成するとポイントが貰えたり、コンビニで景品が貰えたりして、楽しく健康管理もできて役立ちます。

健康は、食生活、適度な運動、休養からとも言われています。
ウォーキングは誰でも簡単にでき、アプリも楽しみながら健康管理ができます。
皆さんも一度試してみてもは？（K・S）



私の最近の定番ランチ

私は4月からシルバー人材センターの作業場でラベル貼り内職作業をしています。仲間の年代が同じくらいなので話題も共通し、話も弾みます。でも、作業もしっかり進めて1日の目標に向かってとても楽しく過ごしています。

昼のサイレンが大きく響き、楽しい昼食です。それぞれのタイミングで食べ始めます。皆さんパンであったり、おにぎりだったり。私は今、そうめんハマっています。あっという間に食べ終わり、すぐに作業に取り掛かります。充実した1日が過ごせています。(K・A)



私の健康法



私はレモン酢を毎日の食事に取り入れています。私の場合、1kgのレモンで大量に作ります。

朝食時、最初に生野菜にアマニ油とレモン酢をかけて食べたり、水や炭酸や牛乳割り、酢の物など料理にも使っています。

残ったレモンは細かく切って、砂糖を加えて煮詰め、ヨーグルトなどに入れて全部食します。

(M・S)

～レモン酢の作り方～

- *レモン1個(約100gが目安)よく洗い水気を取り、輪切りにする。できるだけ国産を使用。輸入物の場合はタワシでよく洗う。
 - *氷砂糖100g 他の砂糖でもOK
 - *酢 200ml
米酢、玄米酢、黒酢などの穀物酢を使用。飲用中心の場合はリンゴ酢などの果実酢がおすすめです。
- 全ての材料を保存瓶等に入れ、漬ける。

スマホで古文書をよむ

『みを』というスマホ専用のアプリがあります。古文書を写真に撮るだけで画像解析で現代文字に翻訳して、ある程度の意味を判読させてくれる「A.I」(人工知能)なのです。今、私の趣味を大いに手助けしてくれています。

文書や文字そのものを読むということに興味のない方には、誠に申し訳ない分野の話題ですが、昨今「古文書解読検定」という協会試験が定期的に行われていて、趣味人口は増え続けているようです。検定のための講座(NHK やインターネット)があり、街中には個人教室まであり、経済効果が期待される業態に成長しているとの事です。

この趣味に至ったのには、きっかけが二つあります。一つは昨年3月まで住んでいた益田市(島根県西石見地方)で中世の歴史遺産保存に関する市民活動をしていたこと。もう一つは、中世から近世にかけての地元領主「益田氏」の傍系の末裔の方と親しくなり、その方が私的に保有しておられる膨大な古文書を、頼まれて少しずつ判読し始めたことです。

一言で「古文書を読む」と言っても、精確に解読するには、書かれた期日と、差出人、宛先人、文中の登場人物を特定し、地域の時代背景を知ることが必須条件となります。また、じっくりと腰を据えて時間を惜しまないで思考し続ける継続力が必要です。多くの参考史料をさぐり、旧漢字を読んで旧暦の異称や年号、地域の土族や豪農の系図などを確認します。それらを暗記できない私には、その都度史料を引っ張り出しては調べることとなります。

一段落するまでの私の部屋は、パソコンとプリンターを囲む古紙と辞書等で大混雑の状態です。従って、片付けのタイミングは自分で決めて自らの手で清掃をします。つまり「家族には頼めない」という、少し残念な趣味でもあります。(M・T)



リサイクル事業結果（令和3年度）

- ・第1回集団回収 令和3年7月実施 1,375 キロ
- ・第2回集団回収 令和3年12月実施 1,770 キロ
- ・第3回集団回収 令和4年3月実施 802 キロ



いつもご協力いただきありがとうございます！
今後もよろしくお願いいたします！

今後の互助会行事の予定について

例年11月に開催しているシルバーまつりですが、残念ですが今年度も中止となります。しかしながら、コロナの状況を見ながら、秋のハイキングの他、下記の行事を開催したいと考えております。

★ボーリング大会の開催（予定）

★★ハイキングを開催します!★★

NEW

参加者募集!

“会員互助会親睦 秋・太平山ハイキング”

～楽しく元気に皆で歩こう～

日程：令和4年10月1日（土）

※雨天の場合は、10月2日（日）開催

集合時間：8時30分 JR 桐生駅集合

参加費：500円（交通費・昼食・お茶含む）



参加を希望される方は、下の申込用紙と参加費を本部・支所へ提出して下さい！

締め切りは、9月20日（火）までです！

会員互助会親睦 秋・太平山ハイキング 申込用紙

切り取り
申込日：令和4年 月 日

氏名：

電話：

携帯：

地区：本部 ・ 新里 ・ 黒保根

事務局より



実施します！
 ご参加頂ける場合は
 本部・支所にご連絡下さい

お知らせ

令和4年度「年会費」

正会員年会費	3,000 円
互助会年会費	600 円
合 計	3,600 円

未納入の方は
お早めに納入
お願いします

「シルバーの日」
清掃ボランティア

令和4年10月14日(金) 7:30~
 集合時間 7:20

本部	新里支所	黒保根支所
集合場所	集合場所	集合場所
センター本部	テニスコート	駅駐車場
実施場所	実施場所	実施場所
新川公園周辺	新里総合グラウンド周辺	水沼駅周辺

熱中症に注意！！

桐生が全国上位を記録するような高温になる日が増えています。皆さんには熱中症に十分注意してお仕事をしていただければと思います。

汗をかくと水分だけでなく、塩分やミネラルも失われます。それらを補給できる飲料や食品を摂取することが対策になります。また、熱中症対策グッズを使用することも効果的です。

また、日常生活ではエアコンなどを使用して熱中症対策をしっかりと行いましょう！

わたらせ健診を受けましょう！

受診票が届いたら、是非、受診しましょう！

会員のお悔やみ

峰岸 省一 さん(元宿町)
 令和4年5月

中野 進 さん(広沢町)
 令和4年7月

飯塚 好 さん(境野町)
 令和4年8月

謹んでご冥福をお祈りいたします。

編集後記

会員の皆様はじめ、多数の方々の協力で発行できることに感謝申し上げます。

今年の暑さの中心がたびたび桐生と報道されるようになり、コロナに加え、シルバーには辛い事ばかりですが、対策を取って頑張っていきましょう。

今期から新メンバーも加わりました。よろしくお願いいたします。

周藤、山洞、朝倉、竹本

シルバーきりゅう 第65号
 令和4年8月25日発行

編集発行
 公益社団法人桐生市シルバー人材センター
 広報委員会

本部 桐生市美原町5番3号
 TEL 0277-43-9161 FAX 0277-43-9162
<http://www.sjc.ne.jp/kiryu/>

