



# 笑顔がステキな シルバーさん。

楽しく頭の体操してま〜す。

◆健康麻雀、○第2・第4金曜日 10:00~  
■場所: 坂田駅、母の郷コミュニティハウス 和室

初心者大歓迎!  
◆囲碁同好会、○不定期  
■場所: 坂田駅、母の郷コミュニティハウス 和室

体力に応じて体操しています。  
◆健康体操、○毎月第1土曜日 10:30~  
■場所: 坂田駅、田んぼっ湖カフェ イベントルーム

交流会と大会を通じ、親睦と健康・体力作りに参加しませんか。  
◆グラウンドゴルフクラブ、  
交流会を年6回開催

手話を楽しんでみませんか?  
◆手話サークル、○第1・第3火曜日 13:30~  
■場所: 坂田駅、母の郷コミュニティハウス 和室

健康・仲間づくりを目的としています。  
◆ウォーキングクラブ、秋に計画しています。

コースでのプレーを通じての健康・仲間づくりを目的としています。  
◆ゴルフクラブ、○年3回予定  
■場所: その都度検討



左記のサークル・クラブ・同好会があります。

ただ今、参加者募集中です。



令和5年10月26日(木) 会場: 朝妻湖岸、優勝: 山田和子さん、準優勝: 岡徳行さん、3位: 中辻英雄さん

互助会だより

グラウンドゴルフ大会

令和4年度  
協賛金(寄付金)へのご協力  
ありがとうございます。ご協力  
特定公益増進法人「寄付金」  
(村居田) 株式会社アルナ矢野特車様  
(長沢) 近江化学工業株式会社様  
(長岡) 近江鋳業株式会社様  
(藤川) 大阪シーリング印刷株式会社様  
(甲津原) 奥伊吹観光株式会社様  
(柏原) 川村百貨店様  
(池下) 株式会社三栄滋賀工場様  
(岩脇) 三協紙業株式会社様  
(天満) 三友エレクトリック株式会社様  
(長浜) 滋賀近交運輸倉庫株式会社様  
(顔戸) 辰巳産業株式会社様  
(醒井) フジモト様  
(三重) 株式会社三重給食センター様  
(田村) 山岡ヤマゼン株式会社様  
(大野木) 山室木材工業株式会社様  
(高溝) 株式会社ライフ様  
(長沢) 利高工業株式会社滋賀工場様  
(春照) 力興木材工業株式会社様  
(五十音順)

シルバー人材センター事業運営にご理解、ご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。協賛金は事業運営のために、幅広く活用させていただきます。

## 会員募集中! 入会説明会

●日時: 毎週月曜日(祝日の場合はその翌日) 午後1時30分開始

●場所: ① シルバー人材センター会議室、米原市長岡1205番地3  
② JR坂田駅、近江母の郷コミュニティハウス 和室 宇賀野840番地1  
先ずは、下記までお気軽にお電話ください。

仕事することが一番の健康法

シルバー  
会員数情報  
令和5年12月末日現在

会員 836名

前年同月比 104.0%

男性: 510名  
前年同月比 102.6%

女性: 326名  
前年同月比 106.2%

公益社団法人 米原市シルバー人材センター  
〒521-0242 滋賀県米原市長岡1205番地3  
☎0749-55-0495 FAX: 0749-55-0911  
E-mail: maibara@sjc.ne.jp

米原市シルバー 検索

「米原市シルバー人材センター」のホームページです。ぜひ、ご覧ください。  
●スマホからQRコードもご利用いただけます。

編集後記  
米原市シルバー人材センターでは、年一回の広報誌を発行しています。読者の皆さまに、シルバー人材センターの活動を知っていただき、またお役に立ちたい、そんな思いの昨年の活動をご報告させていただきます。広報はシルバー会員の輝きが読者の皆さまに、少しでも多く届いていれば幸いです。

普及啓発委員会

「安全就業の誓い」



理事長  
中川 雅晴

皆様には、米原市シルバー人材センター事業運営に多大なるご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。会員の皆様には、更なる地球温暖化の影響による厳しい環境の中で就業いただき厚く感謝申し上げます。

さて、今年度発生しました会員の就業中の傷害事故については、「安全メール」等でお知らせしております通りです。「安全はすべてに優先する」という安全就業の原則に立ち戻って、安全就業のルールを再確認し、慣れからくる過信に陥ることなく、会員全員が継続して安全対策に取り組んでいかなければなりません。会員のみならずその家族の皆様も「シルバー」で働いていてよかったです。と思っただけのように安全意識の向上を図り、事故ゼロを目指した対策を進めてまいります。また、会員の退会理由の半数以上が「病気・加齢」をあげておられます。いつまでも健康で働き続けることができるように、会員を対象とした健康管理にも取り組んでいかなければなりません。このような健康であり続ける取り組みを継続して行うことが、地域の皆様のご要望にお応えすることができる事の一つと思っております。これからも会員の皆様により一層健康であり続け、就業環境の再確認を徹底し、安全就業に取り組んでまいります。

あけましておめでとございませう。公益社団法人米原市シルバー人材センターの皆様におかれましては、高齢者の生きがいのある生活の実現と就労の機会を確保し、地域へ貢献いただいておりますことに深く感謝を申し上げます。

さて、歯止めがかからない人口減少により、特に働き手の中核となる15歳から64歳の生産年齢人口が減少し、労働力の不足、経済規模の縮小、年金や医療、社会保障の維持が懸念されています。本市においても、高齢化率は年々上昇する一方で、出生数は急激に減少し、非常に強い危機感を持っています。

人生100年時代を迎えようとする長寿社会の中、社会の活力を維持し、安心して暮らせる地域としていくため、高齢者も支えられる側ではなく、支える側となり、相互に支え合う地域共生社会の実現が求められています。

そうした中、皆様方の頑張りにより、坂田駅に隣接する「田んぼっ湖カフェ」が6周年を迎え、地域の居場所として賑わいを見せていることを大変嬉しく思います。

市としましても、引き続き、高齢者が元気に活躍できるように、喜びと生きがいを持つための働く場の充実を図り、高齢者の社会参加の促進に取り組んでまいります。米原市シルバー人材センターのさらなる飛躍と、会員の皆様の益々の御健勝と御活躍を祈念申し上げます、挨拶いたします。

「ご挨拶」



米原市長  
平尾 道雄

「新年の御挨拶」



米原市議会 議長  
矢野 邦昭

清々しく新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

昨年11月に米原市議会議長に就任をいたしました。職責の重さを痛感し、市民の皆様への信頼と期待に応えられる議会運営を目指し、誠心誠意努めてまいります。

さて、昨年は、世界情勢の不安定化や、気候変動による異常気象など、様々な課題に直面しました。経済面では、エネルギー価格の高騰や、中国の景気減速などにより、世界経済が低迷する懸念が強まり、日本でも、円安や物価高が進み、家計や企業の経営に大きな打撃を与えました。

しかし、シルバー人材センターの皆様は、そのような厳しい状況の中でも、地域の発展や福祉に貢献され、自らの能力や可能性を最大限に発揮し、さまざまな分野で活躍されました。長年培ってこられた経験や知識、技術を生かし、生きがいや健康づくり、仲間づくりを実現されておられることに、敬意と感謝の意を表す次第であります。

議会といたしましても、皆様の活動を応援し、高齢者の皆様活躍できる社会の実現に向けた政策を推進してまいります。

結び、新しい年が、シルバー人材センターの皆様にとつて、健康で幸せな二年となりますようにお祈り申し上げます、新年の御挨拶とさせていただきます。

田んぼっ湖カフェ イベント会場にて作品の展示

みんなの笑顔が集う場所



夏の蘭展in米原 葛田 敏幸「彫刻展」



羅漢さん 福田 和弘「木版画展」



福永 善次「写真展」



松永 正悟「山野草展」



鉄専の個人展



「木のぬくもり展」 横川計一・藤田勝彦・谷口逸男



自然豊かな湖北の風景 北村 勝「写真展」



伊吹山の花々 畑野 秀樹「写真展」



憩いの場、田んぼっ湖に、是非お立ち寄り下さい。スタッフがお待ちしております。

□営業時間：あさ10時～15時(定休日:水曜日)  
TEL.080-5363-3761

田んぼっ湖カフェ、人気メニューのご案内



- ◆きつねうどんセット
- ◆さつねそばセット
- ◆山菜うどんセット
- ◆山菜そばセット
- ◆さつねうどん・そば
- ◆山菜うどん・そば
- ◆ざるそば
- ◆モーニングセット(コーヒー・紅茶・ジュース) + トースト + ゆで卵セット
- ◆コーヒー(ホット・アイス)
- ◆紅茶(ホット・アイス)
- ◆ジュース(オレンジ・アップル)
- ◆エビピラフ(スープ付)

お弁当のご予約も承ります。その他、出荷された新鮮野菜を使った旬のお惣菜「おばんざい」を適時販売しています。

シルバー会員になって、家で収穫した野菜を出品してみませんか?  
☎お手伝いしていただける方を募集しています。

田んぼっ湖カフェ、イベントルーム 行事予定

1月~2月の行事予定	2月の行事予定	3月の行事予定	4月の行事予定	5月の行事予定	6月の行事予定
1/11(木)~2/6(火) 伊吹山保全 「写真展」	2/8(木)~2/27(火) 木崎 洋二 「写真展」	3/3(日)~3/26(火) 鹿取 和幸 「大津絵展」	4/下旬 松永 正悟 「山野草展」	5/16(木)~20(月) 中野 吉彦 「山野草展」	6/6(木)~6/9(日) 滋賀愛蘭会 「蘭展」

6周年「まいど、おおきに」セール

JR坂田駅、近江母の郷コミュニティハウス 宇賀野840番地1

和室(談話室) イベントルーム  
休館日:12月29日から翌年1月3日まで  
利用料金:1時間200円(1時間に満たない端数が生じる場合は切り上げ)

お問い合わせは  
TEL.(0749) 52-5327



# 安全大会

令和5年11月21日(火)  
近江学びあいステーション  
大ホールにて開催



▲理事長挨拶

◀安全大会  
会場風景

2024年度安全スローガン  
「作業時は 焦らず急がず 丁寧に」

## ☆最優秀賞

「作業時は 焦らず急がず 丁寧に」  
村上 孝司

## ☆優秀賞

「ゼロ災害 みんなで守る 対策ルール」  
上津 光広

## ☆優秀賞

「再確認 その二手まで ケガ予防」  
三澤 律子

## ☆入選

「事故例を 肝に銘じて 安全へ」  
眞野 美佐子

## ☆入選

「大丈夫？ 慣れが怖い その作業」  
須藤 秀樹

## ☆入選

「しっかりと 前後確認 落ちついて」  
鹿取 和幸

## 新入会会員安全講習会

6月27日(火)  
シルバー新入会会員向けの「ゼロ災害安全講習会」を実施しました。

# 参加する

ボランティア活動...



「天の川尻清掃ボランティア、5月17日(水)」



「市内全域の清掃活動、やってま〜す！」  
「クリーンパトロール、7月19日(水)・10月17日(火)」



「刃物研ぎ作業で参加しました！」



「山東文化祭、に参加出品 11月3日(祝金)・4日(土)」



「ほおずき市、に参加出店 4月20日(木)」



「普及啓発活動、10月11日(水)」



「子育てしえんフェスティバルin野洲、に参加出店 10月28日(土)」



「米原市シルバー人材センター 定時総会、5月31日(水)」



「ランチミーティング、12月13日(水)」

# 楽しむ シルバー互助会 親睦旅行

10月18日(水)快晴のもと、4年ぶりに開催されました。  
千代保稲荷神社(おちよばさん)観光→  
長島温泉 湯あみの島(昼食・入浴)  
→なばなの里 花市場 観光



「食事は、特別プラン『はまぐり釜飯』」

## プラチナ会員とは(現在12名)

- ◎年齢や体力的な理由により、就業が困難となった方であっても、気軽に会員を維持していただける会員制度です。
- ◎就業は希望しないけれども、健康の維持、生きがいの充実、良き仲間づくりのためにこれまでどおり総会への出席や、同好会や親睦旅行、地区懇談会など親睦交流の事業に参加したい方。



### プラチナ会員で楽しかったこと、よかったことを教えてください。

- ◎プラチナ会員として早2年、レクレーションには参加できなかったが、広報誌に2回投稿した事。
- ◎脳トレ麻雀に通って、全くの素人だった私が今では楽しく笑ってばかりになりました。ウォーキングも、皆と同じ様に楽しく歩けます。
- ◎シルバーの現役も退き、プラチナ会員のお声がかかり、現在に至ります。月1度の皆様の元気な顔で、1年頑張る事ができました。もう来年は80歳の台に成り、辞めようかと思っているところ、早くも声かけがあり本当にうれしく思っております。ありがとうございました。



### 新年度挑戦したいこと、やってみたいことを教えてください。

- ◎スイミングを40年続けています。筋トレは週一回、縄跳びも週一回続けています。好きなことだけやって寿命を使いきるのもいっかなーと思います。
- ◎①お菓子、ケーキづくり、プチ絵菜づくり。②寄せ植え(季節の花)教室③カラオケ教室④折紙等を使った飾りづくり
- ◎健康に一番と、グラウンドゴルフの参加で、楽しくプレーをすること。
- ◎終戦時代の小学5年生の夏、当時を振り返ってみた疎開の記憶、記録資料を調査しその事を「一冊の本」にしたいと思っている。資料がそろっているが、なかなか編集が進まない「戦争は絶対にダメ」と後世に伝えることが必要であると考えています。
- ◎今の体を維持するため、グラウンドゴルフをしたいと思っています。



ゴミにこだわる89才のプラチナ会員

### 捨てる人なし、拾う人なし

数年前より国道8号線沿いの畑、チャイルドハウス近江園児の「さつまいも」掘りのボランティアをしています。寄る歳には勝てず本年は全て園長さんに。せめて畑付近の環境だけでもと思い、道路側面の草刈りしていますが、「ポイ捨てゴミ」が多い。



日本人のモラルは?

- Ⓐ捨てる人あり 拾う人なし
- Ⓑ捨てる人あり 拾う人あり
- Ⓒ捨てる人なし 拾う人なし

あるべき姿はⒸ。こんな日本、こんな米原市に出来ないかと思いますが、皆さんならどうされますか。

- 令和5年おもしろ「シルバー川柳」
- ◆血圧値ナース美人で上がりだす (中辻英雄)
  - ◆死にたいと言いつつ毎日 医者通い (米澤一銭)
  - ◆葉刈りした庭見て自分も散髪に (田中正幸)
  - ◆クスリ飲む 反対読みは リスク飲む (北川吉和)
  - ◆毎日のシルバー生活我が人生 (三原英子)
  - ◆景色よりトイレが気になる 観光地 (福田みどり)
  - ◆スマホ持ち孫に教える 何度も聞く (安藤彰雄)
  - ◆この暑さ負けてたまるか からげんき (鹿取和幸)
  - ◆体調不良原因探れば 仕事辞め (なべパパ)



スキルアップを目指して

「スマホそご会」  
8月10日(木)

米原高校 X シルバー人材センター  
スマホを使って世代を超えた交流会を行いました。



「ドコモスマホ講習会」  
7月11日(火)

スマホの悩みを解決します!



「家庭菜園基礎講座」  
9月25日(月)

これから家庭菜園に挑戦する人も安心です。



「クラフトバッグ講習会」  
10月12日(木)

趣味の講座! ステキなバッグが出来ました!



「ヨガ体操教室」  
11月21日(火)

男性も女性もみんなでヨガ体験!



「接遇講習会」  
8月25日(火)

どんなお仕事にも接遇が大切です。



「DIY講習会」  
3月14日(火)

DIYに挑戦! 自分だけの台を作ります!



「ふすま貼り講習会」  
10月26日(木)・27日(金)

職人技を学びます。



「お掃除講習会」  
10月24日(火)

さらにスキルアップを目指します!



「お料理講習会」  
8月30日(水)・10月21日(土)・11月30日(木)

プロに学ぶお料理講習会です。

## 令和6年度 講習会スケジュール

- 6月・10月...お料理講習会
- 8月...DIY講習会
- 10月...清掃講習会
- 11月...ヨガ体操教室

詳しくは、シルバー人材センターまでお問い合わせください。

市民の皆様もぜひ、ご参加ください。