

シルバー

牧之原

令和 5年 8月 吉日

56 号

編集・発行

公益社団法人

牧之原市シルバー人材センター

相良事務所 牧之原市片浜1216-1

TEL:0548-52-5080

榛原事務所 牧之原市静波172-1

TEL:0548-23-6709



静波海水浴場



写真提供：事務局



さがらサンビーチ

残暑お見舞い申し上げます。

さがらサンビーチ、静波海水浴場で料金徴収が始まりました。
コロナ禍以前のにぎわいにはまだまだ及ばないかもしれませんが、
いつもの夏の風景が戻ってきたことが実感できるとうれしいものですね。
暑い日が続きますが、健康に気を付けて、夏を乗り切っていきましょう。

第43回定時総会報告

理事長
本杉 佳弘

第43回定時総会にあたり、ご挨拶申し上げます。

日ごろは、当センターの事業運営にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

5月に新型コロナウイルス感染症が5類に移行し、4年ぶりに多くの会員の皆様方にご出席いただき、総会が開催されたことをともに喜びたいと思います。

さて、新型コロナウイルス感染症の拡大により、私たちの暮らしも大きな影響を受けました。

シルバー事業におきましても、就業依頼の落ち込みや会員の減少等、事業運営に支障をきたしました。

そんな中、令和4年度は契約金額が3億3,136万3,000円と前年度比103.4%となり、会員の皆様方や役員が丸ごと取り組んだ結果が、このような業績増につながりましたことに改めて御礼申し上げます。

ただ、会員数においては依然として厳しく、令和5年3月31日現在の会員数は

535人で、新型コロナウイルス感染症の影響を受ける前の頃には及びませんでした。少子高齢化による人口減少や、労働人口の減少が進み、様々な分野で人手不足といわれる昨今、高齢者の労働力としての役割が強く求められています。

シルバー事業を発展させることが、会員の皆様方の生きがいの充実、健康の増進、医療費・介護費用の削減や地域社会の活性化につながると思います。

会員の皆様方の安全確保を最優先とし、新しい就業先の開拓、会員拡大に積極的に取り組み、地域社会の期待に応えるべく努力を重ねてまいりますので、変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。

結びに、会員の皆様方の益々のご健勝とご活躍をご祈念申し上げます、ご挨拶とさせていただきます。

理事長挨拶



会場の様子



表彰式



役員表彰

センター役員を二期以上勤められ、かつ事業の発展に寄与された方々です。

益富 數義 (静波)
内藤 静夫 (静波)

会員表彰

会員になって五年、年齢が七十歳に到達し、前年度就業日数が六十日を超えたセンター事業の発展に寄与された方々です。

永田 政子 (仁田)
山田 景子 (勝俣)
大石 龍雄 (細江)
増田 みどり (須々木)
増田 和道 (須々木)
西谷 秀夫 (女神)
諫山 和枝 (細江)
村松 寿嘉 (切山)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----------|------------|--------------|-------------|-------------|------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|
| 森田 芳夫 (女神) | 浅野 桂子 (中) | 鈴木 孝枝 (新庄) | 増田 峰雄 (鬼女新田) | 曾根 文江 (布引原) | 深津 定央 (布引原) | 大石 町子 (静波) | 栗田 雅昭 (東萩間) | 竹内 正枝 (勝田) | 金原 民雄 (静波) | 原口 政幸 (新庄) | 宮川 幸雄 (地頭方) | 小池 静子 (勝俣) | 板倉 静男 (細江) | 名波 忠明 (男神) | 大窪 公昭 (新庄) | 逸見 哲也 (菅ヶ谷) | 小栗 八千代 (新庄) | 八木 治次 (大江) | 根上 茂治 (布引原) | 増田 美智子 (布引原) | 丸山 亜理子 (布引原) | 西川 知子 (道場) | 鈴木 重男 (新庄) |
|------------|-----------|------------|--------------|-------------|-------------|------------|-------------|------------|------------|------------|-------------|------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|------------|

順不同・敬称略

安全就業について

当センターの安全就業基準が令和4年度に改正されて、約1年が経過しました。同年度内に2度、ヘルメットの未着用を注意されて3か月の就業停止になった会員はいませんでした。着用してない会員が見受けられるのが現状です。安全に就業できるように、事故を未然に防止することは、とても重要なことです。

会員の皆様方におかれましては、安全就業基準を遵守し事故やケガのない就業を心掛けるようお願いいたします。

仕事中はもとより就業先への往復時も、交通ルールを守って事故にあわないように気を付けましょう。

仕事中や就業先への往復時の事故やケガについては、自己判断せず必ず事務局にご連絡をお願いいたします。



安全委員会だより

安全委員会報告

5月19日、安全委員会が行われ、参加者は9名でした。矢部委員長から「事故やケガのない安全な就業を心がけましょう」とのあいさつの後、令和4年度の事故報告や活動報告などが行われました。今年度も就業先の巡回を行い、日ごろの安全就業に対する取組状況を確認していきます。

17日に行われた草刈班会合の報告があり、飛び石事故防止についての意見が紹介されました。

その他、自転車利用時のヘルメット着用の努力義務、安全標語募集や高齢者の免許更新などが話し合わせ、集めた意見や情報などを会員の皆様方に周知するための広報活動を行うことが決まりました。



就業中の事故発生状況

令和4年12月から令和5年5月までの期間に以下のような事故が発生しました。

| | 発生日 | 年齢 | 仕事内容 | 事故の発生状況 |
|---|-----|-----|------|--------------------------|
| 1 | 12月 | 70代 | 剪定 | 足を踏み外し側溝に転落、折れた肋骨が肺を傷つけた |
| 2 | 12月 | 80代 | 宮繕 | 就業先で転倒、顔面から肩にかけて強打 |
| 3 | 3月 | 60代 | 荷下ろし | 荷下ろしの際、来場者の車にキズをつけた |
| 4 | 4月 | 70代 | 草刈り | 飛び石による車両のガラス破損 |
| 5 | 5月 | 70代 | 荷下ろし | 荷下ろしの際、足の上に部品を落とした |
| 6 | 5月 | 60代 | 管理業務 | 館内見回り中に階段途中で転倒、転落 |

今回公表した事故は、ほとんどが転倒や転落によるものです。主な原因は、加齢による身体機能と認知機能の低下、病気や薬の影響、運動不足による身体機能の低下などです。就業中はもとより、就業先への往復時や家庭内でも、身の回りをチェックして転倒予防に努めましょう。

安全意識の高揚を願って標語の募集をします

- 作品：安全就業に関する自作・未発表のもの
- 賞：最優秀賞・優秀賞・入選
- 応募先：シルバー人材センター事務局
- 審査結果：会報 第57号にて発表予定
- 締め切り：令和5年8月末日
- 表彰：令和6年6月の定時総会

令和4年度 最優秀賞

☆慣れた仕事に事故多し 初心にかえり安全作業 (横田 春雄)

入賞者には賞品を用意しております。たくさんのご応募をお待ちしております。

草刈り班会合報告

5月17日に草刈り班会合が行われ、参加者は23名でした。令和4年度の事故件数の報告、「安全な草刈り作業のために」の動画視聴などが行われました。

その後、飛び石事故防止には軽トラックの柵に毛布やネットを組み合わせて使うことが有効なこと、見積りや職員の下見についての意見交換が行われました。

作業中、機械の音でコミュニケーションがとりづらいつらの意見を受け、事務局からホイッスルを配布しました。これからも、集めた情報を班内で共有することで安全就業を心掛け、事故やケガを減らしていきましょう。



スマホ講習会

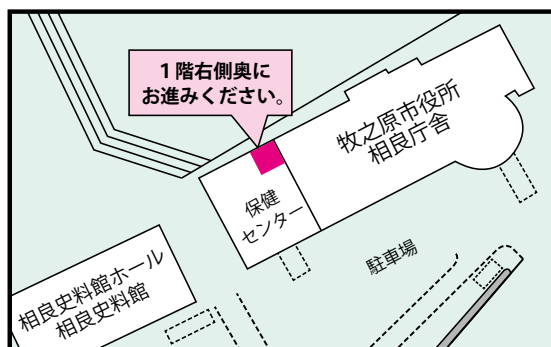
7月12日、スマートフォン講習会が行われました。参加者は12名でした。

これまで、センターから会員の皆様方のお知らせのメールを何回か送っていますが、今回の講習会ではスマートフォンを使って、センターと簡単につながることできるサービス Smile to Smile (スマイル トゥ スマイル) の紹介と初期設定を行いました。

多くの会員の皆様方に便利な機能を利用していただけるように、講習会等を開催する予定ですので、ご参加ください。よろしくお願いいたします。



出張事務所 日程のお知らせ



相良(相良保健センター内)

令和5年 9月19日(火)
10月23日(月)
11月14日(火)
12月18日(月)
令和6年 1月16日(火)
2月27日(火)
3月19日(火)

- 開設時間 午前9時～午後3時
- 実施内容 就業報告書や配分金明細書の受け渡し、入会説明会、お悩み相談など

※会場使用許可状況により変更有り

賛助会員の皆様

いつもありがとうございます。
これからもあたたかいご支援よろしく
お願いいたします。

令和5年6月24日現在

(順不同・敬称略)

- ・ ミクニパーテック株式会社
- ・ 三和シャッター工業株式会社
- ・ 株式会社伊東フーズ
- ・ 島田掛川信用金庫 相良支店
- ・ 株式会社うおとも
- ・ 株式会社スーパースタック本部
- ・ 相良物産株式会社
- ・ 東洋製罐株式会社
- ・ 株式会社小栗農園
- ・ 医療法人社団あけぼの 広瀬医院
- ・ 株式会社丸紅
- ・ ペンションむぎわらぼうし
- ・ 株式会社喜作園 グリンピア牧之原
- ・ マルサダ製茶株式会社
- ・ 株式会社本杉製作所
- ・ 株式会社ブンテン
- ・ ハイナン農業協同組合本店
- ・ 静和事務機株式会社

夏の食生活について

暑い日が続くと食欲が落ちて食が細くなったり、冷たくてさっぱりしたものを献立に選んだりしがちです。低栄養の状態になると、免疫力や抵抗力が落ち、風邪をひきやすくなる、こじらせて肺炎になるなどのリスクが高くなります。

井物や具だくさんの麺類は主食とおかずを一緒に摂ることができません。野菜は火を通すことでカサを減らせるので、汁物や煮物にすると同量の生野菜よりも一度にたくさん野菜を摂ることができます。

栄養状態を良くすることで、健康な状態が保てます。食欲がないときは、好きなものを食べる、少しずつたくさん種類の摂れる献立にするなどの工夫をしましょう。

(農林水産省ホームページより抜粋)



健康診断を受けましょう

健康管理は安全就業に直結します。会員の皆様方、一年に一度健康診断を受けていますか？

74歳以下の被扶養者の方は、ご家族が加入している医療保険者が行う健康診断・保健指導などを受けることになります。

牧之原市国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方には、特定健康診査(特定健診・長寿健診)のご案内が、榛原医師会から黄色い封筒で届きます。受診方法等をご確認の上、受診をお願いします。

健診を受けて、病気の早期発見、早期治療に努めましょう。

これまで受診したことのない方、受診券が届かなかった方など、特定健診・長寿健診についてのお問い合わせ先

国保年金課 0548-23-0023



互助会だより

互助会からのお知らせ

5月12日に役員会が行われました。コロナ禍で、開催することができなかった日帰り旅行・新年会・1泊旅行につきまして、新型コロナウイルス感染症が第5類に移行したことに伴い、感染拡大防止に努めながら、開催の方向で計画を進めています。日帰り旅行は、9月22日（山梨県・シャインマスカット狩り）に決まりました。新年会は1月21日、1泊旅行は3月ごろにそれぞれ計画中です。具体的な内容等はその都度お知らせをさせていただきます。

年賀はがきによるお楽しみ抽選会は、引き続き実施することになりました。

各クラブへの参加は、随時募集中です。参加または見学をご希望の方は、お気軽に事務局にお問い合わせください。

クラブ活動

グラウンドゴルフ

| | |
|--------|----------|
| 9月9日 | 細江多目的公園 |
| 11月11日 | 細江多目的公園 |
| 1月13日 | 白井公園 |
| 3月9日 | 相良港グラウンド |

奇数月第2土曜日開催
8時集合 8:30開始

カラオケ愛好会

毎月第1日曜日 13:00から
吉田町住吉の『つみ木』

福祉施設などへの
慰問活動を計画中です

見学希望の方大歓迎です！！

ウォーキングクラブ

| | |
|-------|-------------|
| 4月19日 | 蓮華寺池公園 |
| 5月30日 | 宇津/谷峠（雨天中止） |
| 6月26日 | 掛川城と逆川の1日 |
| 11月予定 | 行き先未定 |
| 3月予定 | 行き先未定 |

手芸クラブ

毎月第一木曜日 9:30～ カタショー会議室

◎活動内容

- ・クラフトテープのリース
- ・クラフトテープの小物入れ
- ・しおり作り
- ・クリスマスの飾り
- ・干支飾り

☆ぜひ見学にお越しください

お楽しみ抽選会

昨年度に引き続き、お年玉付年賀はがきを使ったお楽しみ抽選会を行いました。

- 1等賞品…32型スマートテレビ
- 2等賞品…ハンディマッソージ機
- 3等賞品…うなぎのかば焼き
- 4等賞品…お菓子詰合せ
- 5等賞品…お菓子詰合せ

カップ麺詰合せ
トイレットペーパー
入浴剤

おめでとうございます



お楽しみ抽選会
2等

お楽しみ抽選会
1等

当選した皆さんおめでとうございます
いました。

ウォーキングクラブ

6月26日、掛川城近くの逆川（さかがわ）堤防に出かけました。参加人数は、11名でした。瓦橋（かわらばし）から奥姫橋（おくひめばし）までの両岸約600メートルにわたって咲く33,000球40品種のユリがとともきれいでした。見ごろは、5月下旬から6月末ころまでだそうです。



カラオケ愛好会

新型コロナウイルス感染症の影響で、活動を自粛していた時期もありましたが、感染対策をしながら月に一度の活動を再開しています。

夜間、自動車の運転を避けたいとどのメンバーからの声を受け、昨年度から毎月第1日曜日の午後1時から活動時間を変更しました。場所は吉田町の「つみ木」です。

新型コロナウイルス感染症が5類になったことで、出来なかつた施設慰問などのボランティア活動も再開できるよう期待しています。



会員の広場

今回は、令和4年11月から令和5年4月までに入会された皆様方に、原稿をお願いしました。

たんぽぽのごとき第2の人生

河村 修治（須々木）

踏みにじられても 食いちぎられても
死にもしない 枯れもしないその根強さ
そして常に太陽に向かって咲く
その明るさ 私ほそれを 私の魂とし、
第2の人生は、生涯現役を貫く。

私の第2の人生について

永田 早苗（牧之原）

定年後、一息ついての始まり!!
今まで正社員で働いていた気持ちを仕切り直し、シルバーとして体力維持でき「笑顔」と「笑声」で明るく作業できればと思います。く失敗は成功の種く いろんなこ

とに挑戦し、自分の人生を大切に生きたいです。先輩方の温かいご指導に感謝です。

「シルバーに入って」

柴山 大治（静波）

昨年11月に、知人から誘われてシルバー人材センターの会員になりました。草刈り・剪定の仕事なので、入る前から筋力トレーニング・柔軟体操など準備していたのですが、最初のころは体のあちこちが痛くなりました。それでも今はだいぶ慣れてきました。まだまだ先輩方のようにうまくいきませんが、仕事が終わってからの達成感がうれしいです。

それに、外で食べる弁当は格別です。これから暑くなり、体力的に心配ですが、熱中症に注意して頑張りたいと思います。

やる事があるのはいいこと

匿名希望・男性・70代

趣味や友達との交流、一人や家族と過ごす時間などさまざまですが、今日は「やる事がないから」というのはつまらないので、

何かしらやる事があったほうがいいと思い、気持ちのONとOFFを出来るだけつけるようにしています。

それで家の近くの交通量が多くて、信号機のない横断歩道を大勢の小学生が横断するので、その見守り活動を登下校時にしています。特に下校時間は学年や曜日によって違うので予定を毎日確認して、時間に合わせて横断歩道に立ちますが、いい緊張感と子供たちとの挨拶など楽しい時間です。

私の第2の人生と

シルバー人材センターの仕事について

鈴木やよみ（坂部）

シルバー人材センターの仕事は、趣味や好きな事をする為の将来の老後の備えとなります。収入を得ながら、社会とのつながりを維持することができます。

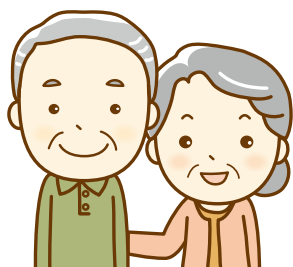
※会員の広場では、広く会員の皆様方から、原稿を募集いたします。内容形式は自由ですが、誌面の都合上多少の編集をさせていただきますことをご了承ください。

新会員の紹介

どうぞよろしく

令和5年4月現在

| | |
|-------------|------------|
| 筆塚 富江(細江) | 森田 明(大沢) |
| 柴山 大治(静波) | 杉山 彰(細江) |
| 鈴木 貢(西萩間) | 八木 敬雄(菅ヶ谷) |
| 高塚 行男(菅ヶ谷) | 曾根 利章(片浜) |
| 柴田 衣鈴(道場) | 鶴田 剛令(落居) |
| 小杉由美子(堀野新田) | 河原崎弘美(新庄) |
| 高塚 法子(細江) | 樋口 千代(細江) |
| 鶴田 嘉美(落居) | 鈴木 陽子(東萩間) |
| 永田 早苗(布引原) | 河村 修治(須々木) |
| 中村 彰男(大江) | |
| 鈴木 由春(細江) | |
| 畑 由美子(松本) | |
| 鈴木さよ子(坂部) | |
| 水野 幾夫(堀野新田) | |
| 藤野 幹夫(東萩間) | |
| 牧野 輝行(静波) | |



事務局より

令和5年4月1日から、自転車利用時のヘルメット着用が「努力義務化」されました。自転車事故で亡くなられた方の致命傷となった部位は、頭部が6割を占めています。ヘルメットは、転倒した場合などに頭部への衝撃を軽減する効果があります。

(静岡県 ぐらし交通安全課より)

ちなみに、一度でも強い衝撃を受けたヘルメットは、安全性を確保できません。たとえ、衝撃を受けずに使用を続けたとしてもヘルメットの使用期限は3年間だそうです。一般社団法人日本ヘルメット工業会によりますと、衝撃を吸収する内部の発泡スチロールの寿命が経年劣化や汗、皮脂などの影響で約3年間と言われているからだそうです。

大切な命を守るために、ヘルメットを着用しましょう!!!

会員募集中

市内在住のおおむね60歳以上で、センターの趣旨(健康で働く意志のある方、など)に賛同する方。

会員の皆様方の、お近くにいらっしやいましたら、ぜひご紹介いただきますようお願いいたします。

編集後記

6月24日、3年ぶりに従来の形式での総会が行われました。地区会やイベント活動等が制限されていたため、久しぶりにお会いした方々もいらしたのではないのでしょうか？

互助会の行事もこれまで通りの開催となる予定です。クラブ活動につきましても、大勢の会員の皆様方のご参加をお待ちしておりますので、お気軽に事務局にお問い合わせください。

安心して参加していただけるように、国をはじめ行政機関からの指導に基づいた感染症対策を行います。会員の皆様方の交流がこれまで以上に活発になることを願っています。

編集委員

委員長 鈴木 千城(大寄)

益富 數義(静波)

大澤 聖典(細江)

堀 八重子(相良)

仲間公美子(事務局)