

# すこやか

## シルバー人材センターの基本理念

- 「自主」 自分のものとして考え
- 「自立」 自分達で育てる
- 「共働」 一緒になって働き
- 「共助」 お互いに助け合う

## 第14回

## シルバー

## すこやかまつり

# 2019.3.17(SUN)

- ステージ ・子どもエイサー ・おやじバンド ・かわせみ太鼓など
- 会員ブース ・つきたて餅 ・手づくりグループ「和み」(手芸品)など
- 飲食ブース ・豚汁 ・たこ焼き ・五ヶ山まんじゅうなどがいっぱい
- お楽しみスペース ・折り紙教室
- ワンコインスペース ・毛筆(祝儀袋等名前書き:祝儀袋はご持参ください)



会場:博多南駅前公園(駅ビル2Fデッキ)  
 開催時間:11:00~15:00 ※少雨決行  
 主催:公益社団法人那珂川市シルバー人材センター  
 シルバーすこやかまつり実行委員会  
 お問い合わせ:(092)953-4165  
 協力団体:指定管理者 共栄ロードサービス株式会社

### 【会場案内図】





# シルバー事業普及啓発活動



毎年10月は全国一斉に「シルバー人材センター事業 普及啓発促進月間」と定め、この一環として筑紫地区では、5市のシルバー人材センターが合同で各市の役所を訪問してキャンペーンを行っております。

今年は、市制施行になってすぐの10月3日に実施いたしました。当日は、理事長から那珂川市長へ要望書を提出し、市長からあたたかい励ましの言葉をいただき、普及啓発活動の重要性を認識したところです。

今後もセンターの事業がさらに発展拡充するよう普及啓発活動に取り組んでまいります。



## 花いっぱい運動に参加

12月8日(土)、「花いっぱい運動」に参加し、シルバー会員13名、職員5名は9班に分かれて29箇所の公民館などに花の苗(ノースポール・ナデシコ・サクラソウ・パンジー)総数3700本余りを届けました。

当日は北風の吹く厳しい寒い朝でしたが、お届けした各地の皆さんは笑顔で花苗を花壇等に植えていました。



今回の花苗が、厳しい寒さに耐え、やがて新春には色とりどりの花を咲かせ、市民に幸せな春をお届けできればうれしい事です。

小樋井 健次



## 会員のひろば

### シルバーに入って球親会に入りませんか?

宮森 勝基 会員

私がシルバー会員になったきっかけは、近所の人からシルバーに入るとゴルフサークルがあると聞いたからです。シルバーの最初の仕事は広報誌の配達で、現在は違反広告の撤去の仕事をしています。シルバーの仕事は、草刈り、剪定等があり、初めて顔を合わせる人もいますが、楽しくプレーをしています。

入会した当時、ゴルフ会員は、30名程で大変盛り上がっていましたが、最近は20名程で少し寂しく感じます。スコアは80~100くらいでハンディをつけて楽しくプレーしています。年4回 3月、6月、9月、12月に開催し、12月は、一年間の反省と忘年会を楽しんでいます。

まだ、シルバーに登録していないあなた!!すでに会員になっているあなた!!シルバー活動と同時にコースを回ってみませんか?皆さんの入会をお待ちしております。



一年の締めくくり忘年会にて



# ～ 会員研修会の様子をご紹介します～

## 人権学習会

平成30年11月30日（金）、市人権政策課小野弘敏同和教育指導員による、人権学習会「在日外国人の人権問題」を受講しました。

日本は今、教育現場や職場で外国人に頼らなければならない現状になっており、様々な国からの外国人が身の回りにも増加しています。

文化や宗教の違いによる偏見や誤解が生じ、いじめや差別によりいやな思いをした人も多いためです。

近所で出来る国際交流「多文化共生社会」を目指し、外国人だけではない、社会的弱者をいじめる社会を無くす為、今後とも人権問題に取り組んでいきたいと思えます。

木藤 絹代



## 栄養研修会



1日の食塩摂取量目標値

成人男性 8.0g未満

成人女性 7.0g未満

【食塩1gは、このくらいです！】

「五訂日本食品標準成分表」より



12月12日（水）、講師に市保健センターの管理栄養士の清水ひかり氏を迎え、研修会が行われました。「知らず知らずのうちに、塩分を摂りすぎているませんか？」との問いかけに参加者の皆さんも「どうかな？」と首をかしげ、塩分の摂りすぎは体に良くない事はわかっているけど毎回の食事にどれくらいの塩分が含まれているか等は、考えていないと思います。

一日に摂ってもよい食塩の量や、美味しく減塩する食べ方の工夫等、「目指そう！あと2g減塩」を目標に食生活を考え直す良い機会になりました。

渡辺 章子

# ～ 講習会等のお知らせ～

## 剪定講習会

【日程】平成31年3月23日（土）9：00～17：00

【場所】午前 シルバー人材センター2階

午後 安徳公園

※ お茶・お弁当をご持参ください。

※ 会員以外の方でも参加自由・無料です。日程等に変更がある場合がございます。

※ お問い合わせ・申し込みは…那珂川市シルバー人材センター事務局 ☎092-953-4165



## 60歳からのお仕事説明会

【日程】平成31年3月2日（土）9：30～

平成31年3月16日（土）9：30～

【場所】シルバー人材センター2階

※第1・第3木曜日開催の入会説明会も通常通り行っております。

☆シルバー人材センターは、色々なイベントに参加しています。



環境フェアにて



## ぶらり那珂川散歩【第4回】

### いわとじょうあと ～岩門城跡～

山田、安徳、梶原の三地区にまたがる標高195mの城山に築かれた山城で「岩門城跡」があります。この城は別名「龍神山城」と呼ばれ、延久5年(1073年)に完成したと伝えられます。

岩門城は中世の博多を警護する軍事的重要な拠点で、平安時代末には、平家の武将で原田種直が居城でした。平家の滅亡とともに鎌倉幕府の所領となり、「元寇の役」で九州の武士団を率いて戦った少弐影資の居城となり、鎌倉幕府が防衛の前線基地として重点的に整備・補強した城です。博多・太宰府を守る要としての役割を果たしてきました。

現在、山頂には曲輪と呼ばれる長方形をした平坦地や、防御用に尾根を削り取って作った空堀などが残り、整備された山城であることがよくわかります。

頂上からの眺望は、博多はおろか、遠く玄海灘まで見渡せ往時を偲ぶことができます。整備された道もあります。お天気の良い日に登ってみられてはいかがでしょうか。

木下 正秀  
堀口 恭司



登り口と少弐影資像



展望所



眺望

## 平成31年 私たち年男・年女！



片縄西  
上杉 正二 さん

米寿をめざして元気に働き、  
楽しくカラオケ♪



王塚台  
田久見 初江 さん

体を動かすようになって、  
元気になりました



※当センターの会員で亥年生まれば35名（男性20名・女性15名）です。

今年も、健康に気をつけて元気に楽しく、安全就業に努めてください。

※紙面の関係上、お二人の会員さんに執筆をお願いしました。

### 編集後記

平成30年10月1日の那珂川市誕生に伴い、当センターも那珂川市シルバー人材センターに名称を変更いたしました。

平成4年の設立から今日に至るまで、那珂川町のシルバー人材センターとして高齢者のニーズに応じた多様な就労機会を提供できるよう頑張ってまいりました。これからも那珂川市のシルバー人材センターとして、今後益々邁進していく所存です。

事務局