

第21号の主な内容

☀ 理事長あいさつ	2
☀ 平成26年度定時総会	3
☀ シルバーワークプラザ	4
☀ 会員のひろば	5~9
☀ 健康・料理コーナー	10
☀ 安全・適正就業委員会からのお知らせ	11
☀ 事務局だより	12

シルバー人材センターの
未来を展望して
中長期計画を道標に
新たな挑戦に向けて!!



理事長
末瀬 美實

会員の皆さん、日頃のご奮闘は
んとうにご苦勞様です。

当センターは去る5月24日に平成26年度の定時総会を開催し、公益社団法人に移行後第3年次に入りました。私どもシルバー人材センターを取り巻く環境は、依然として極めて厳しい情勢にあります。が、今日の超高齢社会にあって逆に挑戦すべき多くの課題も見えてきています。

私たちは、平成25年4月に「公益社団法人小野市シルバー人材セ

ンター中長期計画」を策定し、長期目標（VISION 2022）

と、中期事業計画（平成25年度～平成29年度）を共有しています。

先般、各分野の会員さんで構成する13名の委員さんによる第2回中長期計画推進委員会が開催されました。私も会議に同席させていただきました。私も会議に同席させていただきます。全員の委員さんから様々な角度からの意見・提案等が出され、計画を具体化する方向性が明らかになってきました。

同会議で協議された当面する中期事業計画を推進する対策項目は以下の通りでした。

- 1、会員の拡大と女性会員比率の向上
- 2、会員の意識改革と能力の向上
- 3、就業機会の確保・拡大
- 4、適正就業の推進
- 5、安全就業の徹底
- 6、組織・財政基盤の強化
- 7、連携の強化
- 8、公益法人にふさわしい事業運営
- 9、積極的な広報・啓発活動の展開

10、新たな課題へのチャレンジ

私たちが、計画を「絵に描いた餅」にしないためには、全ての会員のみなさんの協力・共働が必要です。これからのシルバー人材センターの未来を考えたとき、新たな挑戦が求められています。高齢化がもたらす大変な面ばかり見つめると、将来は暗いものに思えてきます。しかし発想を変えれば、明るい未来も見えてきます。この計画では、多くの高齢者が活躍して暮らす、そんな明るい豊かな社会をイメージして、そこでのシルバー人材センターの在り方を想定しています。そのための発想の起点を、「次世代のためにどういう社会を残すか」という言葉に求められています。

超高齢社会の諸問題は、高齢者だけの問題でなく、現役世代、若年層を含めた、すべての世代の課題でもあります。何をしなければならぬか、という目標が明確になれば、多くの人が立場や分野を超えて協力し合えるものです。

本年10月には、小野市の全面的

なご支援で、永年の懸案事項でありました会員の皆様の皆となる「ワークプラザ」が完成します。

高齢者は、次世代に残すべき社会を創造するために、もうひと肌脱ぐ、そういう気持ちで、さわやかな危機感を持つて目の前に横たわる問題に対処していく必要があります。

高齢者は「福祉の受け手から社会の担い手」とならなければなりません。ご一緒に楽天的に挑戦していきましょう。



表彰会員様のご紹介

20年表彰(2名)

西尾敏一様 吉田喜市様

10年表彰(16名)

福岡勝義様 河島光男様
 岡本勝行様 中井美津子様
 藤井 智様 田中和美様
 近都研一様 金河通晴様
 近都敏一様 田中利宏様
 柳 滯子様 大嶋久直様
 宮地道男様 住本千代美様
 西尾 学様 小林 操様

※入会順



平成26年度定時総会は、去る5月24日土曜日、元気に働くシルバー会員が結集、盛大に開催されました。当日は、市内小学校の運動会と同時間催となり参加者が減少するのではないかと懸念しましたが、出席会員は二〇〇名(委任状出席は三六八名)で、伝統産業会館の大研修室は一杯で熱気を感じられる総会となりました。

総会は、末瀬美實理事長のあいさつに始まり、20年表彰2名、10年表彰16名の会員表彰が行われました。

「生涯現役社会の現実に向けて」
 元気に働く会員が結集した
 平成26年度定時総会



表彰会員

続いて、支援と激励を兼ねた蓬萊務小野市長の心強いご祝辞、藤本修造小野市議会議長、藤原昭一兵庫県議会議員のあたたかいご祝辞、高坂純子小野市民生地域常任委員会副委



出席いただいた来賓の方々



ご祝辞をいただいた蓬萊市長



総会会場

員長のご臨席、そして、赤木正明兵庫県北播磨県民局長からのお祝いのメッセージの紹介をもって前段を終了。

引き続き、議長に富田元子理事を選出し、平成25年度事業報告、平成25年度補正予算、平成26年度事業計画及び平成26年度予算について報告しました。続いて、議案審議に入り、平成25年度決算及び理事長に対する権限委任についての議案も提案どおり承認可決をいただき閉会しました。

シルバー
フェスティバル開催



シルバーワークプラザ
改修工事始まる



平成26年度は、兵庫県シルバー人材センター協会設立20周年の節目に当たる年であり、これまでの取り組みのうえに更なる工夫を加え、シルバー事業の一層の飛躍を目指すため、記念事業として「シルバーフェスティバル」が実施されます。当シルバーは、三木市と共同で「刃物研ぎ」の実演で参加をします。他市のシルバーも多様な企画で出展をしますので、会員の皆さんお誘い合わせの上参加いただきたいと思います。なお、当市の実演は10月25日(土)です。

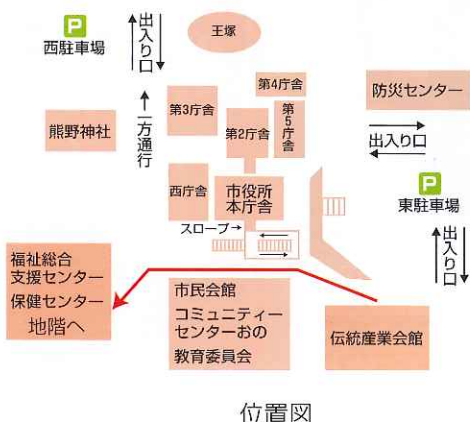


開催日時 平成26年10月25日(土)~26日(日)
10:00~16:00
開催場所 ハーバーランド
JR神戸駅前地下街「デュオ神戸」内
デュオドーム、採光ドーム、サンポルタ等

シルバー人材センターが小野市伝統産業会館の2階から保健センターの地階へ移転します。シルバー活動の拠点となるワークプラザの改修工事が始まりました。

9月末には完成し、10月にオープンする計画です。この施設は兵庫県産木材を活用した内装で「木の和らぎと温かみ」が感じられる親しみやすい施設となります。

そして、会員の皆さんの生涯学習や交流を深め、様々なニーズに応えることができる小野市の高齢者の活動拠点となります。



シルバーワークプラザ 玄関

- 1 施設名…(仮称)「シルバーワークプラザ」
- 2 場所…福祉総合支援センター横、保健センター地階
- 3 面積…192.5㎡
交流スペース
事務所
- 4 施設の利用計画
「技能習得」を目的とした講習室
「生きがいづくり」を目的とした研修室、その他サークル教室、高齢者の交流を進める「サロン空間」



廊下



事務所

会員のひろば



土井所長：「ここは、(株)共進舎牧農園・小野営業所で、平成17年の開業です。シルバーさんとは、本社の共進牧場で以前からお世話になっていたの、ここでも！この設備は、-25℃の冷凍庫が2ヶ所と-5℃の冷蔵庫が2ヶ所とドライ倉庫が2ヶ所です。この営業所での業務は、共進牧場で製造された牛乳・乳製品等を

事業所訪問

共進牛乳さんを訪ねて

会員 村田 晃

森田康子会員・吉田ひとみ会員に、広報委員村田がインタビューしました。

村田 …シルバー人材センター
森田さん…サティに勤めていたので

病院・施設・ホテル・レストラン等へ卸しています。シルバーさんにお手伝いして頂いて頂きますのはアイスクリームギフトの出荷業務です。ホテルなどから製造委託も受けています。シルバーさんには特に中元・歳暮期のギフト出荷業務をお願いしています。シルバーさんは長い経験と女性ならではの丁寧な作業で大変喜んでおり感謝しています。」



村田 …シルバー人材センター
森田さん…コンサート・体操などで

吉田さん…退職後に好きな時間や趣味を持ちながら出来る仕事を考えました。

村田 …就業中の思い出は？

森田さん…だんだん覚えていくうちに、楽しくお仕事が出来た事。

吉田さん…毎年、元気に同じ仕事が出来た事。

村田 …就業中で楽しかったことは？

森田さん…一緒に仕事をした人達とエクラで最後にお食事をした事。

吉田さん…知らなかった人と友達になれた事。

村田 …その他、感じられた事は？

森田さん…子育て時代に共進牧場の遊園地やお花見に来ていたので、思い出ある所に就業させてもらって嬉しい。

吉田さん…仕事の手順や流れを考えた時、気を配りながら仕事をしていると物忘れなどの予防になる？

シルバーで引き続き。

吉田さん…退職後に好きな時間や趣味を持ちながら出来る仕事を考えました。

村田 …就業中の思い出は？

森田さん…だんだん覚えていくうちに、楽しくお仕事が出来た事。

吉田さん…毎年、元気に同じ仕事が出来た事。

村田 …就業中で楽しかったことは？

森田さん…一緒に仕事をした人達とエクラで最後にお食事をした事。

吉田さん…知らなかった人と友達になれた事。

村田 …その他、感じられた事は？

森田さん…子育て時代に共進牧場の遊園地やお花見に来ていたので、思い出ある所に就業させてもらって嬉しい。

吉田さん…仕事の手順や流れを考えた時、気を配りながら仕事をしていると物忘れなどの予防になる？



吉田さん…ウオーキングや旅行などで、足腰が丈夫な“今”を楽しみたい。

村田 …今後の目標・生活信条は？

森田さん…健康で子供たちにも迷惑を掛けない様、楽しく過ごせたらと思います。生活にメリハリをつける事が大切かと思えます。

吉田さん…年齢を気にせず、前向きにチャレンジし、元気に楽しく年を取りたい！

会員のひろば



吉田喜市さんが5月の総会で20年表彰を受けられました。広報委員の村田が就業先の草刈場所です。インタビューしました。

村田.. 20年表彰のご受賞おめでとうございます。ご感想を？

吉田.. 始めた頃は、とても20年までは考えてもいませんでしたが、仲の良い仲間のお陰。(仲間の方が「奥さんが弁当を入れて励ましてくれたからや!」)

村田.. シルバー会員になられたきっかけは？

吉田.. 61才からで、家業の算盤製造が暇になり5年間ほどの間は兼業だった。

村田.. 最初の就業先は？

吉田.. 最初から草刈だった。当時は3人から6人ぐらいで、事務局から地図をもらい、場所を探した。休耕田や田植え前の除草だが、同じ場



所なら翌年は判った。現在は一つの班が3人で、二班で仕事をする人が多い。チームワークが大切だ。

村田.. 就業中の思い出は？

吉田.. お客さんに喜んでもらえるのが一番。

村田.. 余暇の利用や趣味は？

吉田.. 昨年まで我が夫婦と2組の夫婦、2人の妹(どちらも婿が早世)の8人で旅行をしていたが、ワンボックスカーを運転していた弟が体調を悪くしたので最近は何もない。シルバー就業の無い時は、自分の田畑を息子

と一緒に全ての作業をしている。

村田.. 81才とお聞きしてますが、お顔に艶も有り体重も標準ですが、元気の秘訣と生活信条は？

吉田.. 血圧が高く50年間朝・夕に降圧剤を服用しているが、早寝早起きを守っている。人が良いところかな? 休憩時間も、楽しく笑って過ごす事が大切。硬い話だけでは無しに、偶にはバカ話の一つも。友人に聞いて5年前からゴーヤを刻んで干し、乾燥したのを焚きだしで、毎朝コップに半分を吞んでいる。菊芋を洗い、干してから味噌と料理酒に漬けて、漬物代わりにしている。酒とタバコはしない。



甘党と言える。特にしんどい時は良い。

村田.. 今後の目標は？

吉田.. 出来たら、今後5年はシルバーを続けたい!

村田.. その他、感じられた事は？

吉田.. 新しい会員が草刈りを希望されるなら、簡単に出来ると思わない事が大切だ。自宅の庭や近辺の草刈りとシルバーのお客さんとの仕事は違う! 軽トラック(ハッチバックなどの乗用車では無理)・鎌(鋸形と刃付き)・ガンジキ・フォーク等を準備する必要がある。



会員のひろば



最近、世の中のいろいろなところでチャイムが鳴って、新しい仕組みが、制度が、規則がスタートした。4月に消費税が8%にアップ。これに伴って他もアップする。介護保険料も65歳からアップした。だから自分の生活もあつあつぶ。

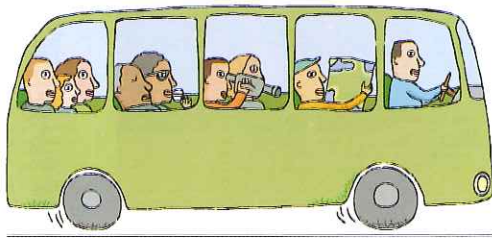
私も定年退職してシルバー世代に仲間入りしてからもうすぐ6年が経過する。ありがたいことに仕事をしていない期間がないという状況にある。自分では、退職したら当分の間ゆつくりと過ごそうと思っていた。ところが、60歳、64歳の区切りの時に仕事ができるように誘っていただきました。

というか目的となった。こうして目的ができる仕事をしていても気持ちに張りが出る。

夫婦での旅行については、今まで夫婦単位で旅行という機会がほとんどなかった妻に対しての感謝の気持ちがあつて、1泊2日が年に2〜3回、日帰りが3〜4回程度のペースで予定し進んでいる。旅行によって日頃のストレスの解消、気持ちのリセットに少しは役立っていると思っている。

いまは、年老いた母親が同居しているため自由にはいかないが、これからは先や目的を見つければ、夫婦の旅行は続けたいこうと思う。

自分の趣味としてはハイキングやウォーキングそして畑仕事(野菜作り)くらいのもので、特段趣味ですというほどのもので



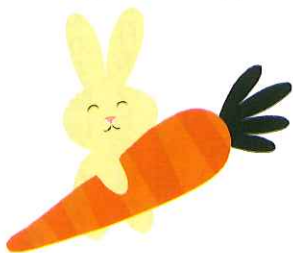
はなく、これができる時間があるという程度のものである。

なかでも、畑仕事はほぼ毎日1回は行くようにしている。

農薬を使用せずに作る野菜の生長が楽しみで、そしてその野菜を食べてもらえることがさらにうれしい。野菜も最初は妻の要望でジャガイモと玉ネギがあればいいということからスタートして今では春・夏物ではキャベツ・トウモロコシ・玉ネギ・きぬさや・キュウリ・いちごなどを、秋冬物では白菜・大根・ニンジン・ほうれん草・きくな・小松菜など各シリーズに十種類を超える野菜を作れるようになった。

そこに少し成長している自分があると勝手に喜んでいる。

なにはともあれ、野菜作り、ハイキングや旅行にしても体が健康でないと楽し



めないで夫婦ともに健康維持に努め、高齢者に住みにくいと言われて世の中を少しでも長い間楽しみたいと思っている。



アルゴ就業中の磯野会員



会員のひろば



奥飛驒平湯大滝

6月20日～21日と、就業先の(株)ランバーワークの親睦旅行があり、社員の皆様と一緒に私達会員7名も参加させて頂き上高地の方へ旅行に行つて来ました。

朝7時半に出発し、高山のホテルで昼食をし、北アルプスに囲まれた奥飛驒平湯大滝(日本の滝百選)に行き新緑の雄大な自然の中、水しぶきをあげて落ちる滝は壮大な眺めで自然のミストをいっぱい浴び癒されました。



そして新緑の山の中を進み、槍ヶ岳を臨む清流沿いの宿、穂高荘山のホテルに着き、楽しみにしていた夜の宴会では、踊りやカラオケ大会と大盛り上がりを楽しみ思い出となりました。



2日目は、車窓から焼岳を眺めながら北アルプスの玄関口ともなっている標高千五百米の上高地へと向いました。穂高岳の山頂付近にはまだ雪が有り、清流の梓川、澄んだ空気にうぐいすの鳴き声一段と美しく響きわたります。すばらしい雄大な自然の大パノラマにふれ、身も心も癒されました。

この様な機会を与えて下さった会社へ感謝しております。又、チャンスがあれば参加させて頂きたいと思っております。



梓川・河童橋と穂高連峰

会員のひろば



丹波市 川代公園

私は糖尿病で歩くのが苦手だったので、少しずつウォーキングすることで足腰がしつかりして、私がついて行けない位に足取りが早くなりました。

ある時、主人が仕事中に座っている事も出来ない位に激痛に襲わ



れ、仕事を暫く続ける事が出来なくなり、無職になったので生活の為、私が以前していたキャディのアルバイトを始めました。

繁忙期だけ仕事があるので平日は殆ど仕事がありませんでした。そんな時にシルバー登録の話を知人から聞き、今の工場に就業させて頂く事に成りました。

主人が月に1回、血液検査の為に病院に通っている時に、先生に「腎臓の数値が気になるので大きい病院で検査を受けて下さい。」と言われたのですが、時間が取れなくて病院に行けなかった時、昨年の暑い7月の土曜日たまたま、

私の仕事が休みで家に居た時に、主人が「シャワーを浴びる」と言って入った途端に呼吸困難になり、服を着替える間も無く倒れ込んでしまいました。私は慌てて救急車を呼び病院に着いたのですが、多くの検査をして頂き、心不全と診断され、その日から入院になりました。消化器内科の先生のお蔭で順調に回復し、3ヶ月で退院することになりました。退院してから私は近くの医療センターに通院し、私が主人の送迎をしていました。



山崎町 大歳神社 千年藤

退院して3ヶ月は普通でしたが、1月3日の夜に様子が変なので病院の休日診療で診てもらい緊急に入院しました。色々検査をして先

生の診断で冠動脈のバイパス術を受ける事になり、手術の日は兄弟親戚に連絡して来て貰いました。手術は8時間位に及んだのですが、術後の主人の顔を見た時、目を覚ましてくれた時は本当に安堵しました。

入院中に先生や看護師さんにお世話頂いた事、親戚や兄弟に援助して貰った事、就業先の同僚にお世話になった事、本当に感謝の気持ちで一杯です。

今は退院して、自宅で食事療法

と薬でゆっくり病気と向き合って行こうと思います。主人が元気になったら、また二人で出掛けたいと思います。



三田市 相野あじさい公園



播州山崎 花菖蒲園

健康づくりとは ③

地域健康づくり指導員

賀内 進一



本題の筋力アップのスロートレーニングに入ります。

身体の筋肉のうち70%が下半身にあり、その下半身の筋肉の低下を防ぐ事が転倒予防につながり、健康づくりになります。

① 下腿のトレーニング

(前脛骨筋と後の下腿三頭筋)

椅子に浅く座り、背もたれにもたれずに、膝から垂直に足を下ろします。息を吐きながら、つま先をつついっぱいそらし、元に戻す時に息を吸います。次に息を吐きながら、かかとを挙げ、元に戻す時に息を吸います。

10回位ゆっくりと行います。

② 大腿四頭筋のトレーニング

(大腿の前後の筋肉)

椅子に浅く座り、背もたれに背中をつけます。手は椅子に添え、片方ずつ行います。息を吐きながら片方の足を伸ばし、ゆっくりと椅子から持ち上げしばらく止めま

しょう。辛くなれば息を吸いながらゆっくり下ろします。片方の足で5回位行います。左右交互でもよいでしょう。

③ 大腿の内転筋のトレーニング

(大腿の内側の筋肉)

椅子に浅く座り、背もたれにもたれずに、膝から垂直に足を下ろします。膝の間に柔らかいボールを挟み、息を吐きながら、ボールを左右から挟みつけます。ボールがなければ、タオルをまるめるか柔らかい枕でもよいでしょう。

④ 大腿二頭筋のトレーニング

(大腿の後ろ側の筋肉)

椅子の後に少し離れて立ち、背もたれに両手をつきます。片方ずつ行います。息を吸って膝を持ち上げ、息を吐きながら、足を後に伸ばし止めます。あまり高く上げなくてもよいです。5回位ずつ行います。

⑤ 大腿の外側のトレーニング

椅子の後に少し離れて立ち、背もたれに両手をつきます。息を吐きながら片方の足の指先を前に向けたまま、外側に少し持ち上げて止めます。辛くなれば息を吸いながら下ろしましょう。左右交互でもよいです。片方の足5回位行いましょう。

小野市健康課より★ひとことポイント★

ピーマンにはビタミンが豊富である。ビタミンCには強い紫外線を受けやすいこの時期には大切な皮膚の結合組織を作るコラーゲンの合成を助けたりメラニン色素の沈着を防ぎ健やかな肌を保つ働きがあります。

ピーマンは皮膚や粘膜を保ち夏風邪にも効果的なビタミンAも含まれています。

レンジで加熱するだけで簡単にできる野菜料理1品欲しい時などに、ぜひどうぞ

ピーマンの塩昆布和え



【材 料】 (2人分)

ピーマン… 3個約100g 塩昆布… 2つまみ約6g

【作り方】

- ①ピーマンは洗ってヘタと種を取る
- ②お好みで食べやすい大きさにする。
- ③耐熱用にビニール袋に入れ(又は皿に入れてラップをする)、レンジ500wで1分30秒加熱する。
- ④レンジからビニール袋を取り出し、その中に塩昆布を入れて、袋の中でふり混ぜる。
- ⑤器に盛って出来上がり。

足の筋肉全ての
トレーニングが終了です。
力がついてくれば
回数を増やしましょう!

安全・適正就業ご報告

平成26年度
草刈り講習会

4月17日(木) 浄谷町・浄谷南産
業用地(旧KDDI跡地)において
刈払い機及びチェーンソーの講習会
を開催し、31名の会員が参加されま
した。

〈講習内容〉

- ・刈払い機及びチェーンソーの操作説明
- ・刈払い機及びチェーンソーの実技
- ・安全対策について

〈安全対策についてのご意見〉

- ・機器使用時は常に周囲に注意する。
- ・時間と心に余裕を持って作業をする。
- ・作業前後のミーティングを充実させる。



チェーンソーの実技

〈講習会のアンケート結果〉

- ・大変役に立った。：86%
 - ・少し役に立った。：14%
 - ・あまり役に立たなかった。：0%
- 講習修了者には、これまでの受講履歴が入った「刈払い機講習会修了証」が授与されました。



刈払い機の操作説明と講習会修了証

刈払い機講習会修了証 第26-0000号
会員番号 0000 氏名 小野 太郎
上記会員は、平成26年度シルバー刈払い機講習会を修了されたことを証明します。
(公社)小野市シルバー人材センター 理事長 印

ハチ対策



昨年ハチに刺された事故が7、8月にそれぞれ1件発生しました。ハチは黒い色に敏感に反応することから、屋外作業時には、ハチを驚かせない色の服を着るとともに、事務所に常備しているハチスプレーを携行されるようお願い致します。

事故発生状況

平成26年度の当センターのシルバー保険対象の事故状況は左表の通りです。傷害事故が3件、賠償事故が1件発生しています。

傷害事故状況					
月日	性別	年齢	事故内容	部位等	通院
4/28	男	79	段ボール箱を運搬中パレットの角に躓き転倒	額・腕打撲	通院
6/12	男	70	トイレ入口付近で滑り転倒	大腿骨骨折	入院
6/30	男	61	刈った草を軽トラに積み込み中左足捻挫	左足捻挫	通院

賠償事故状況				
月日	性別	年齢	事故内容	賠償額
5/25	男	77	刈払い機による空調室外機のパイプ破損	¥44,928

安全パトロール

夏は傷害事故が最も多く発生する時期。一人ひとりが気をつけよう！

第1回安全パトロールは5月26日に予定していましたが、雨天の為中止となりました。
第2回は6月26日に住吉町、北丘町、新部町、浄谷町の計四カ所を二班に分かれてパトロールを行いました。ヘルメット・安全チョッキの着用等、会員の皆様の安全に直結するポイントを中心にチェックさせて頂いています。

熱中症の予防と対策



熱中症とは高い気温や湿度の中で、体温調整が出来ずに体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体調不良となる症状のことです。

総務省消防庁は平成26年5月26日～6月1日の一週間に熱中症で救急搬送された人が一六三七人(速報値)だったと発表しました。これは前年同期の二三〇人と比べ、約7倍も多く、死者も4人上がっており、同庁は、今夏は気温が上昇する時期が例年より早いとして、熱中症に十分注意するよう呼びかけています。

〈熱中症の予防〉

- こまめな水分補給をする。
- 水分だけでなく塩分も一緒に補給する。
- 喉が渇かなくても水分を取る。

〈熱中症の対策(なったらどうする)〉

病院に行くべき症状

- ・激しい頭痛や吐き気、高熱や自力で水分が取れない、意識障害が見られる、痙攣を起こしている場合は、一刻も早い対応が必要のため、救急車を手配してください。

セルフケアできる症状

- ・自力で水分補給でき、意識がはっきりしている場合は、涼しいところでしばらく安静にして改善が見られる場合は、セルフケアで様子を見ます。

第3回 環境・保全ボランティア活動報告

平成26年3月23日(日)に「桜づつみ回廊」、「山田の里公園周辺」のゴミ拾いボランティア活動を行いました。60名の会員参加により集積量は軽トラ3台となりボランティアは成功に終わりました。参加いただいた会員さん、ありがとうございました。ご苦勞様でした。



平成26年度 小野市交通安全功労者として シルバーが感謝状を受ける

平成26年7月17日にコミセンおのコミュニティホールにおいて小野市交通安全対策委員会、蓬萊務会長より小野市シルバー人材センターが感謝状を受けました。



シルバー刃研ぎ館から

平成18年11月から、ひまわりの丘公園内で「匠の里・シルバー刃とぎ館」を開設してから、平成26年10月で8年目を迎えます。開設当初の利用者は、市内の方々が大半でしたが、刃研ぎの出来栄えの良さが口コミで広がり、今では、神戸・加古川・北播方面の方々が多く利用されるようになりました。

今年の6月に丹波市シルバー人材センターへ刃物研ぎ技術指導に、4名の会員が2日間にわたり匠の技を伝授しに行きました。ひまわりの丘公園内「匠の里・シルバー刃とぎ館」では、毎週日曜日午前9時から午後1時まで刃物研ぎを行っています。当日持っていくけない方は、事務局で一時預かりいたします。ぜひご利用下さい。



平成26年度事業予定

11/未定	グラウンドゴルフ大会
11/9(日)	会員親睦旅行
11/20頃	シルバーリーダースクール
H27.3	環境保全・ボランティア活動

※詳細は別途郵送します。

編集後記

「シルバーだより」21号が無事発刊できました。ご協力頂いた方々、ありがとうございました。今年も猛暑の夏になりそうです。水分補給・睡眠はよくとるなど、体調管理に十分気を付けましょう。

