

うるめ



No.24

令和8年
1月10日

【うるめ】とは【めだか】の新潟地域の方言です。【めだか】は日本一小さい魚です。大きな群れを作って外敵から身を守っています。この『めだか』のように私たち一人ひとりの力は小さくても、みんなで助け合い、励ましあって仕事を進めていくことによって、大きな群れのシルバー人材センターに発展することを願って命名されました。



統合20周年を記念し、令和7年12月19日(金)・20日(土)に「いろどりまつり」を開催しました。イベントでは会員作品展・バザー・サークル活動のデモンストレーションを行い、多くの方にご来場頂きました。

発行

公益社団法人 阿賀野市シルバー人材センター

〒959-2022 阿賀野市外城町10-5 (阿賀野市福祉会館内)

Tel.0250-62-1365 Fax.0250-62-1360 <https://webc.sjc.ne.jp/agano/>



21年目に向けて



理事長
山口 鉄夫

明けましておめでとうございます！
 会員の皆様には、ご健勝にて新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。
 昨年は、統合20周年事業で記念すべき一年間になりました。
 記念式典、祝賀会、記念事業の作品展等を通じて、お互いが分かり合えると共に、地域においても、更に知名度の向上につなげる良い機会になれたと思います。
 本年は、これまでの活動をふり返り、会員がやりがいのあるセンターづくりや、最新ツール等を利用して、会員増員運動や、更に、多くの市民に愛されるセンターを目指して参ります。会員の皆様からも一層のご理解とご協力をいただきながら進めて参ります。
 皆様には、いつまでもご健康でシルバーの会員であって頂きたいものと願うばかりです。
 本年もどうぞ宜しく願い申し上げます。

賛助会員のご紹介

社会福祉法人
阿賀北総合福祉協会

社会福祉法人
阿賀野市社会福祉協議会

今板温泉 湯本館

割烹旅館 室町

株式会社 権文

社会福祉法人

七穂会 すばるワークセンター

株式会社 タカラ自動車

株式会社 早東商店

有限会社 富士製作所

株式会社 明愛

安田温泉 やすらぎ

株式会社 リハステーションみどりおか

これからも変わらぬ

ご支援を賜りますよう、

お願い申し上げます。

チカラ



(五十音順 敬称略)

明けまして
おめでとうございます

副理事長 坂角 孝二
 常務理事 小菅 吉則
 (兼事務局長)

理事 清水 英夫
 理事 石井 勉
 理事 長澤 孝一
 理事 佐藤 久
 理事 伊藤 広義
 理事 斎藤 哲之介
 監事 清野 茂
 監事 加藤 孝敏

新入会員紹介



水原地区 皆川 真由美

健康なうちは仕事をしていたいと思い入会しました。すぐに派遣先として車の洗車のお仕事を紹介してもらいました。お客様の車を扱うので気苦労はしますが、分からないことは教えてもらえる職場なので前向きに頑張っています。

以前は夜勤のある仕事に勤めていましたが、今は日勤のみで無理のないペースで働けているので、大好きな晩酌も毎日楽しめています。今後もこの日常が続くように過ごせて行けたらと思っています。



安田地区 浅間 良子

趣味と仕事の両立を考えて入会しました。入会してすぐに自分の条件に合った仕事を紹介してもらいました。入会前は家にいる時間が多く人との関わりが減っていましたが、仕事を始めたことで施設を利用されるお客様とコミュニケーションをとりながらお仕事をすることが楽しみになっています。

また、職場の皆さんにも恵まれ、今後もずっと働きたいと思える環境に出会えたことに感謝しています。長く働き続けられるよう健康維持と、趣味でもあり生活に不可欠な車の運転を大事にしていきたいです。



笹神地区 町田 隆男

広報をみて仕事をしてみたいと思い入会しました。草刈り作業を中心に働いています。今は、自分の生活に合わせた無理のない働き方ができており、一般企業で勤めていた頃とは違った充実感があります。また、講習会やボランティア活動など会員になったことで新しい経験ができることは嬉しく感じています。

まだまだ入会したばかりなのでいろんな仕事に挑戦し、働きながら自分の生活サイクルを大事にしていきたいと思っています。



京ヶ瀬地区 金子 正明

同級生の紹介で入会しました。今はスポーツ施設の施設管理をしております。働いて初めて知ったのは、市外の利用者がとても多いことです。もっと市内の人が利用しやすい施設になるにはと、仕事をきっかけに阿賀野市の問題と向き合うようになりました。

また、健康面においても会員になる前はお酒が大好きで毎日飲んでいましたが、夜勤があるので休肝日ができ飲み過ぎ防止となっています。

今後は趣味の旅行を充実させつつ、楽しんでいきたいと思っています。

昨年は39名の方が新たに入会されました!!

あけまして
おめでとうございます。

今年の年男・年女

会員総数367名中

午年生まれは、昭和17年生まれ9名、昭和29年生まれ22名 合計31名でした!

質問

- 1 あなたの健康法は?
- 2 趣味や生活の中で楽しみは?
- 3 これからやりたいこと・挑戦してみたいことは?
- 4 今年の抱負を漢字一文字で表すと?



水原地区
長谷川 洋子

挑

1 体を動かすことが大好きで、数十年続けています。歩くこと、ストレッチを主にした運動を自分なりに続けており、年齢と共に故障が出てきますが、早めに自分の努力で治せるものは対応しています。まだ薬のお世話になっていませんので、維持したいです。

2 ピアノは若い頃からブランクがあつても続けてきましたが、二年前に素晴らしい先生と出合いピアノ人生が始まりました。去年は発表会に挑戦し、今年も練習を始めています。コーラスも十数年続け、混声合唱団で楽しく歌っています。阿賀野市の自然の美しさ、人の温かさに感謝し、幸せを感じて暮らしています。笑顔を忘れずプラス思考で前へ進む私の信条です。

3 長く続けてきた太極拳はお休みしていますが、今年こそ再開したいです。夢は、本場中国の公園で素晴らしい太極拳をなさる方と出会い、一緒に太極拳をやってみたいですね。



水原地区
斎藤 哲之介

感

1 ウォーキングです。ほぼ毎日、近くの体育館で5〜6kmは歩いています。

2 海で釣りをすることです。タイ・アジ・メバルなどをよく釣りにいき自分でさばいて食べるのが楽しみです。また、さばいた魚を家族に食べてもらい喜んでもらうと嬉しいです。

3 今まで仕事ばかりだったので、長男、次男家族と孫を連れて旅行に行きたいです。



笹神地区
本間 朋子

健

1 朝のラジオ体操と散歩をしています。お天気の良い日は五十公野公園で散歩をしています。

2 時間があれば映画館へ行き最新映画を見て楽しんでいます。また、月に一度ニコニコサロンの活動に参加して集落のみなさんと一緒に輪投げやポッチャなど様々なイベントをしています。

3 孫を連れてデイズニールランドへ行くのが夢です。幼い孫もいるのでもう少し大きくなったらと考えていますが、家族で遊びに行くのを楽しみにしています。



笹神地区
服部 勝利

健

1 朝晩の散歩で毎日大と7、000歩は歩くように掛けています。友人との交流も大事にしており、仲間との他愛もない会話が元気の源となっています。

2 庭いじりが趣味で、自宅のバラ園で何種類ものバラを育てています。また、歴史研究が大好きで、学ぶ楽しさは人生を豊かにしてくれます。

3 まずは、90歳を超えても元気に過ごすことです。そして、「急ぐな、転ぶな、怒るな、風邪ひくな」の教訓と共に自分の健康法を続けていきたいです。



安田地区
小野里 定男

楽

1 仕事をする事、そして仲間と日々過ごすことが活力になっています。

2 家族が仕事へ送り出してくれるのが楽しみです。今日も二日頑張ろうと身が引き締まります。また、シルバーの仲間と過ごす日常が楽しく、今後も仲間を大事にしていきたいです。

3 まだまだ仕事をしていきたいです。今は班長として草刈り班の安全とやる気上げることを意識して行動をしています。90歳になっても変わらず現役で仕事をしていきたいです。



京ヶ瀬地区
木下 隆

健

1 自家製のコメと野菜を食べて夕食時に薄めの焼酎1杯を飲むことです。また、72歳の年男を迎え今年には「ラジオ体操」でもやるのかな、と考えています。

2 天気の良い日は、健康保持を兼ねながら水田7反と畑1反半の「道楽農業」をやっています。外仕事のできないときは昔懐かしいレコードやCDでの音楽鑑賞です。

3 「料理」に挑戦したいと思っています。妻の「台所を汚すな」という声が聞こえてきそうですが、月に1回程度から迷(めい)料理人を目指してチャレンジしたいです。



安田地区
齋藤 隆夫

健

1 地区体育館前でラジオ体操とウォーキングを5キロほどは毎日やっています。

2 一年程前まで将棋をやりましたが、最近週に一度の温泉に行くことが楽しみになっています。また、月に一度は家族や友人と泊り日帰りの小旅行へ行っているため、温泉へ行く回数はますます増えています。

3 4人の孫を連れて旅行に行きたいと思っています。ちょうど長男・長女家族と一緒に温泉旅行を計画をしているところなので楽しみです。



互助会だより

互助会ふれあい交流会♪



水原まつり民踊流し
8月24日(日)



秋の三糸・見附長岡
日帰りバスツアー
11月21日(金)



安田温泉やすらぎ
日帰り入浴ツアー
3月7日(金)

統合20周年記念事業 いろいろまつり バザー報告

互助会は、12月19日(金)・20日(土)に行われた「いろいろまつり」におきまして、バザーを実施しました。収益金は、互助会活動費にあてさせていただきます。

集まった品 894点
売上総額 78,270円
来場者数 129人



物品を寄贈して下さった方々、ご購入下さった方々、皆様ありがとうございました。

活動報告



シルバーの日【京ヶ瀬地区】



シルバーの日【水原笹神地区】



シルバーの日【安田地区】



シルバードライバー講習会



スマホ教室



救命救急講習会



空き家管理サービス講習会



冬囲い講習会

サークル活動紹介 サークル活動に参加してみませんか?

現在活動中・・・カラオケ、健康マーじゃんなど。活動内容や新規サークルの立ち上げについては事務局までお問い合わせください!

編集後記

今年は、令和8年午年です。60年に一度の丙午(ひのえうま)になります。意味合いは、「情熱的で意志が強い」と言われています。昨年、線状降水帯・猛暑・古古古米・最後に熊と大変な1年でしたが、今年は、丙午(ひのえうま)にあやかり、シルバー会員の情熱と強い意志で良い年にしていきたいと思います。(長澤)

広報委員会

委員長 伊藤 広義 副委員長 長澤 孝一 委員 船木 強
委員 佐藤 三枝子 委員 貴船 淳子

事務局職員

兼)事務局長 小菅 吉則 事務局次長兼総務係長 小林 葉子
業務主任 田村 ゆかり 総務主任 山崎 千里 業務係 佐竹 美佐子
嘱託職員 酒井 慎一 嘱託職員 高橋 勝也 臨時職員 折笠 朝美