

会報

阿賀野市シルバー人材センター

うるめ

No.20

令和4年
1月10日

謹賀新年

「うるめ」命名の由来（うるめ＝めだか）

『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。

公益社団法人 阿賀野市シルバー人材センター

〒959-2022 新潟県阿賀野市外城町10-5(阿賀野市福祉会館内)
TEL(0250)62-1365 FAX(0250)62-1360

安田事務所 〒959-2221 新潟県阿賀野市保田4807-1
TEL(0250)68-3757



新年のごあいさつ

理事長 廣田 英規

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様にはお健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。平素は当センターの事業に多大なるご支援を頂いておりますことに衷心より感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返ってみますと、コロナ感染拡大の影響により社会情勢が一変し、日本経済の先行きは不透明となっております。また、少子高齢化の問題も深刻です。

令和4年も高齢者の生きがいの充実や健康維持と増進、地域社会への貢献に応えるため「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、会員、役職員一丸となって取り組むよう願って止みません。併せて、当センターの益々の発展と、会員皆様方のご健勝を祈念し新年のあいさつといたします。



就任のごあいさつ

事務局長 仁谷 邦男

新年あけましておめでとうございます。

私は前任の西潟事務局長の後任として、阿賀野市役所定年退職後、昨年11月1日より事務局長を務めさせていただいております。会員数の伸び悩み、受注件数の減少という当センターを取り巻く状況が厳しい中での就任であり、責任の大きさを日々感じているところでございます。

今後もセンターの事業運営に少しでも貢献できるよう精一杯勤めてまいりますので、会員各位からのご指導をよろしくお願い申し上げます。

新入会員紹介



京ヶ瀬地区 齋藤 正弘

明けましておめでとうございます。

会社勤めを65歳で退職し1年間は屋敷の片付けなどに精を出しておりましたが、だんだん曜日の感覚も無くなってダラダラ過ごすようになってしまいました。このままではイカンとシルバー人材センターへおすがりした次第です。

現在は、施設管理の仕事を頂き、利用者や関係者にご迷惑をおかけしながらどうにか続いている、という状況です。それでも、責任ある仕事をさせて頂いているということで様々な面で緊張感もあり、利用者に極力不快な思いをさせてはいけないと日々頑張っております。うまくいかないことも多々ありますが、どうかしばらく皆さんのお仲間にして頂きたく、今後ともよろしくお願いいたします。



安田地区 樋口 律子

明けましておめでとうございます。

昨年9月末に入会させて頂きました。シルバー人材センターへの興味は以前よりありましたが、主人の介護の為、時間・曜日など自由に働くことができないので諦めていました。でも何かできる仕事があるかもしれないと思い、入会しました。さっそく10月より1週間に1日、短時間の清掃作業を紹介して頂きとても感謝しています。清掃終了後、お客様に「ありがとうございました」の言葉をかけて頂き嬉しく思います。今は自分のことで一杯一杯ですが、今後はボランティア活動・講習会など、都合のつく時は出席していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



水原地区 小川 智子

明けましておめでとうございます

3月に退職後少しゆっくりしたいと思いましたが、何となく1日が過ぎてしまいこのままではダメだと思っている時に、シルバー人材センターのチラシを目にしました。説明会に参加して、私にできる仕事があるのかと不安はありましたが、思い切って入会しました。

今は個人宅の清掃と洗濯の仕事をしています。まだ半年ほどで行き届かないところも多くありますが、これからもお客様に喜んでいただけるよう一生懸命働いて、心も体も元気に過ごしていきたいと思っております。



笹神地区 柄澤 久作

明けましておめでとうございます。

私は長岡市(旧和島村)生まれで、現在阿賀野市に住んで約30年になります。シルバー人材センターへの入会は昨年3月の説明会に参加して入会致しました。現在の仕事は歴史民俗資料館での受付事務業務で、土日祭日の開館日に2人でシフトを組んでおります。以前は新潟市内のホテルで営業担当として長く勤務していました。昔を思い出して、楽しく笑顔をもって接客させていただいています。これからも健康で楽しく仕事を続けていきたいと思っております。今後ともよろしくお願いいたします。

昨年は57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370名中、寅年生まれは、
昭和13年生まれ 2名、昭和25年生まれ 29名 合計で31名でした!



質問

- ① これからやりたいこと・挑戦してみたいことは?
- ② あなたの健康法は?
- ③ 趣味や、生活の中での楽しみは?



笹神地区
波多野 美恵子

① 昨年はコロナ禍でボランテニア（傾聴・笑いヨガ）ができなかつたので、社会活動を通して多くの方々と交流し、元気・笑顔を届けたいと思います。また、何事にも前向きな姿勢で挑戦したいと思います。

② 瓢湖でウォーキング（週三回五キロ）、テレビ体操やラジオ体操、笑いヨガ・プラス思考でよくよしないこと

③ 登山、友達と食事したり楽しくおしゃべり、年に一回友達と旅行すること、孫や曾孫の成長



水原地区
鎌田 泰衛

① 市の体育館のトレーニングルームに通いたいが、指導してくれる人がいないのですぐ飽きてしまう。その気持ちを破ることに挑戦したい。できるかな? だめだろうな。

② 自転車。これは飽きない。一日一〜二時間位。あまり遠くへは行かない。帰れなくなる。

③ 時間がある時は本。時代小説を読んでいる。書店では広いスペースで時代物が置いてある。ファンが多いという事だろう。



水原地区
田中 美和子

① ここまで年を重ねると特にありません。ただ今の生活が、平凡に穏やかに今年も過ごせれば、と思っています。

② ストレスを溜めないように、プラス思考でいること、またバランスの良い食事を摂るよう心がけています。

③ 読書、テレビドラマの鑑賞です。それと、自分の運動できる範囲の温泉地へミニ旅行することでしょうか。



安田地区
鈴木 一廣

① 自由時間が多くあるので、長編小説を読みたいです。始めに吉川英治の宮本武蔵を読みたいと思います。あとはガラケーからスマホに変えたのでスマホを覚え活用したいと思います。

② 安田交流センターのトレーニングルームでの体操と筋トレ
・野菜作り（太陽と土との接触で元気をもらおう）

③ 孫の成長。シルバーの仕事。広い年代の人との交流で脳の刺激になる。ボケると悪いので、好奇心を持って生活を送って生きたいと思っています。



安田地区
笠原 正史

① これからも健康でいること。農業に挑戦してみたい。（ねぎ・いも・大根など）

② 体を動かすこと、歩くこと。

③ 趣味は特に無い。



京ヶ瀬地区
塩田 一行

① まだ残りある人生の歳月を楽しむには、笑顔から始めようと、「あ・い・さ・つ」は明るい笑顔、いつでも挨拶、先に挨拶、続けて挨拶を心掛けているが、まだまだ未熟の庚の寅である。

② 心の健康は、トキメキ・感動を忘れず。筋トレとジョギングに勤しみ、特に夕暮れの走りは一段の爽快感が味わえる。

③ 経済が許す限り、古を求めて城又は城址巡りを楽しみに。また相棒（車）にCDがないのでパソコンでUSBメモリーに叙情歌から青春賛歌まで様々な曲を取り込み、相棒との走りの中で聴きながら昭和を懐古している。



活動報告



安全パトロール



障子張り講習会



シルバードライバー講習



救命救急講習会



地域正副班長会議



除草班長会議



樹木管理班長会議

シルバーの日 ボランティア活動



10/18 水原・笹神地区
瓢湖周辺除草、清掃



10/15 安田地区
国道49号線沿いゴミ拾い



10/20 京ヶ瀬地区
国道49号線沿いゴミ拾い



編集記

穏やかな新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。会報第20号「うるめ」の発行にあたり、ご協力いただき感謝申し上げます。

皆様方には、この一年健康で過ごしていただきたいと願うばかりです。元気で生活を送るためには健康寿命を延ばすことが大切と言われています。平均寿命と健康寿命の間に年齢差があり、健康で生活できる期間と自立した生活が難しい期間が約9年～12年あるそうです。健康維持のためには、適度な運動や塩分控えめで野菜たっぷりの食事等です。そして、シルバーの仕事で働くことが元気の源で活力につながると思います。

今年も良い年を過ごされますようお願い申し上げます。
(健康寿命とは、健康上問題がない状態で日常生活を送れる期間)
(波多野)

事務局職員

事務局長	仁谷 邦男	総務係	山崎 千里
次長	朝熊 敦子	嘱託職員	渡辺 勝
業務係長	小林 葉子	嘱託職員	荒木 一哉
業務係	田村 ゆかり	臨時職員	折笠 朝美

訃報 ～謹んでご冥福をお祈りいたします～

金田 喜一さん (令和3年2月)