



新年のごあいさつ

理事長 藤本 大祐



新年あけましておめでとうございます。令和7年の幕開けにあたり、会員の皆様並びに関係各位におかれましては、晴れやかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中はセンター事業への温かいご理解とご支援を賜り、誠にありがとうございました。

本年も引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。

さて、昨年も多くの会員の皆様が、豊かな経験と知識を活かした仕事や活動を通して地域社会に貢献されました。「Smile to Smile」の新規導入にあたっては、慣れない手続きにもかかわらずご協力いただきましたが、こちらについては、引き続きすべての会員の皆様にご登録いただきますようお願いいたします。また、コロナ禍で中断していた研修旅行を再開することで、会員間の親睦も深めることができたのではないのでしょうか。

一方、昨年の夏はこれまでにない猛暑で、熱中症等皆様の健康面が危惧されました。そのため屋外での作業制限を実施しましたが、本年も同様の熱中症対策が必要になるものと想定されます。加えて、飛び石事故の頻発等、作業中の事故にも注意が必要です。皆様に安心して長く働いていただくためにも、安全確保対策にこれまで以上に取り組んでいく必要がありますので、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

本年も会員の皆様がいきいきと活動できる環境を整え、地域社会に貢献する場を提供するとともに、新たな挑戦や機会を通して皆様の経験や知識をさらに発揮していただけるよう役職員一同全力でサポートしてまいります。

最後になりましたが、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ、新年のあいさつといたします。

令和7年1月1日



躍動する赤穂市 撮影：安原 義弘

公益社団法人 **赤穂市シルバー人材センター**

〒678-0239 赤穂市加里屋 822-2

TEL (0791) 4 3-7 2 0 0 (代) FAX (0791) 4 3-4 6 8 7

<https://webc.sjc.ne.jp/ako-sjc/index>

交通安全講習会

9月11日（水）交通安全講習会を開催いたしました。

兵庫県警察本部と赤穂警察署の方々を講師として招き、会員23名が「高齢者の自転車の交通事故防止について」をテーマに受講しました。

自転車の運転については、見通しが悪ければ徐行を、交差点での一時停止等しっかりと安全確認をし、ヘルメットの着用などに心がけましょう。



令和6年度第6回 安全パトロール実施！

10月31日（木）安全・適正就業委員による安全パトロールが行われ剪定作業の現場において、安全就業についての確認を行いました。



【剪定現場のパトロール】

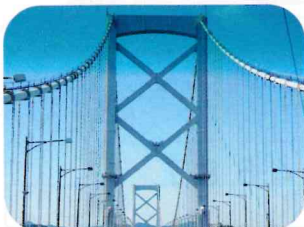


安全は全てに優先

会員日帰り研修旅行

5年ぶり

11月9日（土）、11月12日（火）2班に分かれて淡路島3年とらふぐコースの旅に行ってきました。2日間合わせて、会員62名・職員10名が参加し、鳴門海峡に架かる大鳴門大橋の橋桁内（車道の下）に造られた海上遊歩道を歩きました。海上45メートルのガラス床からのぞく渦潮は、吸い込まれそうでスリル満点！昼食は、南あわじ「レストランなないろ」にて3年とらふぐをいただきました。メニューはてっさ・てっちり・ふぐから揚げ。身がしまり、味は濃厚で美味でした！



3年とらふぐを喰らう in 淡路



岡田 真



「おいしゅうございました」まさにこう表現すべき旨さだった。3年間貯め込んだ脂で白く透き通った身の柔らかさと舌触り、噛み締める程に甘みが増すテッサ（たぶん一晚寝かせたか？）唐揚げに鍋、ふぐの出汁を残さず味わい尽くした。「喰らう」と言うよりここは「おいしゅうございます」がピッタリ合う。身の大きさでは2年物か3年物かは判らなかったが3年とらふぐとして頂いた。

今回5年振りの研修旅行は72名がバス3台、2回に分けて催行された。朝8時にセンター事務所を出発。高速道路を経て明石大橋、鳴門大橋を渡り下車、遊歩道「渦の道」から渦潮を真上から眺めた。観潮船からは何度も見たけど、足元の渦を見るのは初めて。晴天の空を映した青い海水が満潮に向け太平洋から瀬戸内海へと海中の断崖を越えて流れ込む様は、真上から見る事で得られる醍醐味だろう。酒の酔いもあり私の脳も気持ちよく渦巻いていた。

帰路の車内はゲームもあり、知らない者同志でも一体感が渦巻いていた。淡路土産の定番、たこせんべいの里では試食品をバリバリ。しっかり買い込んだのでお土産のカサが一気に膨らんだ。

私の腹もふぐ腹状態。

西日射すセンターに4時50分全員無事帰着。実は私、内心違和感があった。昼食時の乾杯を水で行った事である。特攻兵が出撃に際し交わす水杯でも知られる様に二度と会わない、会えない事を期する行為で忌み事とされテーブルマナーではアウトになった事だ。

全員無事帰着。よかった。晴れ渡る青空とキラキラ輝く群青の海の日だった。この日の私の万歩計6174歩。フグ腹注意報、継続中！

バス旅行の思い出



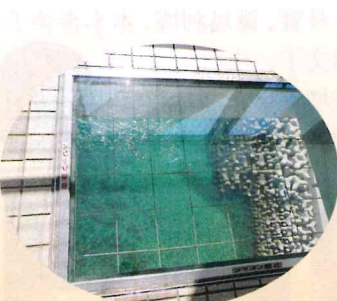
山家 久雄

令和6年11月12日火曜日、淡路島3年とらふぐコースのバス旅行は絶好の天気めぐまれました。バスガイドさんからは車窓からの景色の案内があり飽きることはありません。

大鳴門大橋遊歩道での海上散歩、渦の道はドキドキの絶景スポットがたくさん、渦上45メートルの高さからの鳴門峡はスリル満点です。初めての経験でした。

そして空いたお腹は、3年とらふぐ料理、刺身と鍋のフルコースは今まで味わった事はありません。友達と多くの同僚の皆さんと会話もはずみ愉快で楽しいバス旅行となりました。

私にとって良い思い出の日となりました！！



第11回シルバーの日 ボランティア(赤穂城清掃)

10月27日(日)、晴天に恵まれて第11回シルバーの日ボランティア活動-赤穂城清掃ボランティアを開催いたしました。会員・職員40名が参加し実施しました。

歴史博物館前に集合して、2班に分けて赤穂城内を分散し、落ち葉拾いやゴミ拾い等を行いました。皆さま、お疲れさまでした!



原はら土器ドキ Festival 2024

9月28日、うね地区まちおこし隊主催による「原はら土器ドキ Festival 2024」に参加し、センターPR用のポケットティッシュやチラシを約150部配布しました。



加里屋さんもく楽市

赤穂商工会議所主催のさんもく楽市が行われ、参加しました。たくさん買っていただいたお客さんも居られました。ご来場ありがとうございました!

9月



10月

10月 inイオン赤穂店



さんもく楽市の出張版としてイオン赤穂店で開催!



11月

チェアヨガ講習会

9月5日、高田恭子氏を講師として招き、チェアヨガ講習会を開催しました。会員11名、一般2名が参加しました。



兵シ協 事業推進大会

10月31日、兵庫県シルバー人材センター協会主催の事業推進大会が行われました。受賞された皆さん、おめでとうございます!

- ・会員表彰 (25年) 麦踏和磨、山下聡子、圓光博和、他1名(匿名)
- ・会員表彰 (15年) 木本登紀正、幾島忠、小林和代、小林實、鎌島利博、木本喜美子、楨文子、中村一幸
- ・役員表彰 (8年) 釜増実男、小林環樹
- ・職員表彰 (25年) 内波順司、上年章子



私の健康づくり (43)

年齢と共に体調維持のために様々な取り組みをしている会員の皆さん、その健康づくりが気になります。今回は「関敏樹さん」に聞いてみました。

好奇心が沸き立つこと!

尾崎 関敏樹 (64歳)

◆現在の体調は?

・至って元気です。

◆持病はありますか?

・特に有りませんが、血圧が少し高めです。



◆体調維持のためにしていることは?

・自宅周辺、近隣の町などを散策しながら写真を撮ったりしています。

◆それはどういう意味(効果)で行っていますか?

・家にばかりいると、体力が落ちてきたため、体力の維持と気晴らしのためです。

◆そのきっかけは何時頃(何年前)から?

・中学時代に写真を撮っていて、大人になってからは辞めていました。
家族写真は好きで撮っていたため、家内に風景写真を進められ、撮り続けて6~7年程になります。

◆実施する周期は?

・週に2~3回程度行っています。

◆その他に気付いたこと、皆さんに伝えたいこと!

・家にばかりいると気分が落ち込むことが私自身有るので、見知らぬ土地を歩いてみると、新しい発見が有ったりして好奇心が沸き立つことも有るので、楽しいですよ。



いきいき健康通信 2

冬の入浴中の事故に注意しましょう

地域包括支援センター 山本 稚世

11月からの寒い季節、入浴中に気を失い、浴槽の中で溺れる事故が多くなります。厚生労働省人口統計(令和4年)によると、高齢者の浴槽内での不慮の溺死及び溺水の死者数は6,307人で、入浴中に溺れて亡くなる方は、交通事故死亡者数2,154人のおよそ3倍です。

入浴の際に、「暖かい室内から、温度が低い脱衣所や浴室で衣服を脱ぎ、温かい湯に入る」という温度変化にともない血圧が激しく変動し、一過性の意識障害を起こすことがあります。それが、溺れて死亡する原因の一つとして考えられています。特に高齢者は血圧を正常に保つ機能が衰えてきている場合があるので注意が必要です。

入浴中の事故は、持病や前兆がない場合でも起こるおそれがあります。「自分は元気だから大丈夫」と過信せず、「自分にも起きるかもしれない」という予防意識をもちましょう。高齢者だけでなく、家族みんなで、次の6つの対策を心がけましょう。

1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
2. 湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする
3. 浴槽から急に立ち上がらない
4. 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
5. お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
6. 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

参考「政府広報オンライン」

赤穂市地域包括支援センター

受付時間：平日8：30～17：15

住 所：赤穂市中広267

(赤穂市総合福祉会館1階)

電 話：0791-42-1201

FAX：0791-42-1260

事故発生状況 (R6年9/1～11/30)

会員傷害事故	物損・人身賠償事故
0件 (内派遣0件)	3件 (内派遣0件)



未就業会員を対象の就業相談会

未就業の会員を対象にした就業相談会は、下記の要領で行います。

- ◆ 日時：令和7年1月20日(月) 13:30～
- ◆ 場所：シルバー事務所1階相談室、ロビー
ご希望の方は、直接シルバー事務所までお越しください。

受注拡大・会員紹介
皆さん協力ありがとう

8月1日から10月31日までの受注紹介、会員紹介は下記の通りです。

- 受注は「紹介 = 26件。就業 = 25件」
- 会員は「紹介 = 1人。入会 = 8人」
- ◆ 会員の皆さんは全員が営業マンです。
シルバーに入会したい人、仕事の依頼などの相談を受けた場合は親切に対応してください。詳細は事務所で対応します。

♥ 新会員紹介 ♥

(※ R6年9月1日～R6年11月30日)

地区名	会員番号	氏名
御崎	3526	今井 五十鈴
尾崎	3527	藤田 好朗
赤穂	3528	大道 清博
坂越	3529	大西 正子
塩屋	3530	道本 庄三
御崎	3531	米谷 重宏

令和6年11月30日現在
合計483名(男性341名)(女性142名)

配分金支払日

12月分	1月20日(月)
1月分	2月20日(木)
2月分	3月19日(水)

派遣賃金支払日

12月分	1月24日(金)
1月分	2月25日(火)
2月分	3月25日(火)

事務所からの連絡

◆ 新規会員募集中!!

赤穂市内に在住の60歳以上の、心身共に健康で働く意欲のある方のお知り合いはいませんか?

新規会員さんを紹介していただいて、その方が入会に至ると紹介していただいた会員さんへ粗品(商品券)を進呈します(^O^)

《入会説明会日程》

1月14日(火) 1月22日(水)

2月10日(月) 2月26日(水)

3月10日(月) 3月26日(水)

午後1:30～ センター2階大会議室にて

※オンラインではいつでも入会説明会に参加が可能です。
詳しくはホームページをご覧ください。

◆ シルバーPRマグネット貼り付け

約1ヶ月間、会員さんの自家用車にシルバーPRマグネットを貼付していただき、シルバーのPRに協力していただきました。協力していただいた皆さん、ありがとうございました!



あとかき

●会報1月号をお届け致します。●次回号より編集担当が変わります。いままでご協力いただきありがとうございました。●次回発行は4月1日です。これからも引き続きご協力よろしくお願いたします。

(編集担当：安原・吉田)