

シルバー ふくちやま

No.58

平成29年9月1日

題字：小西英樹前理事長



南陵中学校西側より、駅南東西線を望む

(撮影：互助会写真同好会 恒川 昌美 会員)

昔を知る人は、大きく様変わりしたこの風景をどう思われますか？ 新しくできた道路、それを挟むようにできた建物街並みが変わるだけでなく、今後新たな歴史を刻んでいくことでしょう。

会員数 718名

男 464名
女 254名

(平成29年9月1日現在)

平成29年度 第33回 定時総会

理事長挨拶(要旨)



塩見理事長挨拶

本日第33回定時総会を開催しましたところ、会員の皆様方には、予定があるにも関わりませず、昨年よりも多く、280人を超えるたくさんの方の出席に大変お喜び申し上げます。また、大橋一夫福知山市長様を始め来賓の皆様方には、公私とも大変ご多忙のなか、ご臨席を賜りましてありがとうございます。厚くお礼申し上げます。

昨年度を振り返ってみますと、まず事業実績であります。全国的に景気は緩やかに持ち直しているとも言われています。地方には浸透し切れていないのが現状でありまして、事業経営は厳しい環境下におかれていたのが現状でありましたが、嬉しいことに、会員・役員・職員そして発注者更には福知山市・京都府ご当局のお蔭、特に会員の皆さんには、汗して働いていただいた結果、事業実績は前年を上回ることであります。厚く感謝とお礼を申し上げます。具体的には、受託事業の請負で、三億八千八百万円を超え、前年より約一千万円の増、前年比約5%のアップとなりました。

一方、会員数において、744人が709人と35人の減となりました。深刻に受け止めており、危機感を持っております。企業における雇用延長の広がりが大きく影響し、新入会員の高齢化が顕著になっております。講習会を計画し、チラシ・新聞折り込みにより、広く市民に呼びかけ、新入会員を増やしていきたいと考えております。



新年度の事業計画について、特に重点事項として3点について若干触れさせていただきます。一つ目は、平成28年度を振り返り、将来のセンターを見据えての中期計画の策定であります。センターを取り巻く環境の変化に的確に対応することができ、そして、高齢者が健康で生きがいのある生活を実現すると同時に、地域社会の期待に応えていくため、その方向性を定めていきたいと考えております。

二つ目には、昨年のごももあり、地区懇談会でも強く申し上げてきた安全です。会員自身の健康と就業中の事故防止の徹底に取り組む



主催者

たいと考えています。三つ目には、会員の増強と就業の拡大です。組織の基盤を成すと同時に、市民の要請に応え、適正就業ガイドラインに則し、会員の健康を考える上で、ワークシェアリングを進めていくためにも会員の確保は急務でありますので、ご理解とご支援をお願いいたします。

最後に、日本の人口が減り、生産年齢人口も減る中で、少子高齢が著しく進み、このままでは日本の経済が成り立たなくなるとする今こそ、元気な高齢者の出番ではないでしょうか。地域社会にセ

ンターが果たす役割は大きく、市民のシルバーに対する期待も大きいものがあります。自主・自立・共働・共助のもと、親切・丁寧・誠実な仕事で、市民の期待と信頼に応え、市民に感謝され社会に認められるセンターにしていきたい。そして、「おおきに」「ありがとう」「また、頼むで」と言ってもらえ、「さすがシルバー」と言われるセンターであり続けたいとおもっています。会員・役職員の皆様のご支援・ご協力をよろしくお願ひいたしますとともに、福知山市、京都府ご当局におかれましては、



来賓諸氏

今後ともシルバー人材センターの運営に変わらぬご指導・ご支援を賜ることをお願いし開会の挨拶とします。

来賓祝辞・祝電・来賓紹介

◆祝辞・来賓紹介

○福知山市長 大橋 一夫 様

○京都府知事代理

中丹広域振興局副局長

稲村 智史 様

○福知山市議会副議長

福知山市議会副議長

芦田 真弘 様

○京都府議会議員

井上 重典 様

◆祝電・メッセージ

公益社団法人京都府シルバー

人材センター連合会 会長

石黒 善治 様

◆来賓紹介

○福知山公共職業安定所長

草木 一之 様

○福知山商工会議所会頭代理

常務理事 梶村 誠悟 様

○公益社団法人綾部市シルバー人材センター 理事長

渡辺 哲夫 様

○公益社団法人舞鶴市シルバー人材センター

理事 大石 等 様

専務理事

○公益社団法人宮津与謝広域

シルバー人材センター

理事長代理

専務理事 中嶋 道博 様

○公益社団法人京丹後市シルバー人材センター

理事 赤松 保 様

○福知山市市民権環境部長

桐村 正典 様

議事・審議結果

第一号議案 平成28年度事業報告 について

第二号議案 平成28年度収支決算 報告について

第三号議案 自立運営活動資金要 綱について

第四号議案 理事長に対する権限 委任について

全議案賛成多数で原案承認されました。

報告事項

報告第一号 平成28年度収支補正 予算について

報告第二号 平成29年度事業計画 について

報告第三号 平成29年度収支予算 について

全報告異議なく承認されました。



総会風景

平成二十九年度

事業計画

次の事業実施計画の項目を中心に事業推進を図ります。

- 事業経営方策の推進（中期計画策定を進める）
- 健全な安定した事業経営と自主財源の確保
- 安全就業と健康管理の徹底
- 適正就業の実施
- 会員の増強
- 就業開拓と受注拡大
- 職群班の育成強化
- 独自事業の推進と自立促進
- 地区班の活動の推進
- ボランティア活動等社会参加活動の推進
- 普及啓発活動の推進
- 情報収集・提供・調査研究
- 個人情報保護
- 組織体制の充実強化
- 事務局機能の充実強化
- 会員の福利厚生推進

表彰あるえ栄



第三十三回定時総会の席上、シルバー人材センターの発展に長年、多大の貢献をいただいた会員の皆様を表彰し、記念品を授与いたしました。

◆ 会 員

表彰を受けられた方々

中	細	土	垣	塩	石	足	安	加	植	青	清	森	古	竹	今	中
川	見	永	内	見	井	立	達	藤	村	山	水	田	口	下	福	里
カズ	三	豊	こと	八	登	喜	文	美	喜		善	秀		保	節	嘉
ズ	喜	彦	と	重	喜	代	彦	継	美	勲	吉	雄	修	子	子	久
工	夫	様	急	子	枝	士	様	様	江	様	様	様	様	様	様	様
様	様		様	様	様	様			様							

平成29年度 担当役員

理事・監事 役員

役職名	氏 名	摘 要
理 事 長	塩 見 康 郎	
副 理 事 長	中 里 嘉 久	
専 務 理 事	衣 川 政 明	事務局長
理 事	渡 邊 満 子	
理 事	亀 井 吉 晃	
理 事	芦 田 胤 雄	
理 事	大 槻 博 志	
理 事	門 野 道 子	
理 事	栗 田 万 三	
理 事	坂 本 葵	
理 事	浅 尾 波 津 美	
理 事	芦 田 泰 弘	
理 事	尾 上 好 江	
理 事	坂 本 厚	
理 事	中 川 敏 子	
監 事	太 田 哲 雄	
監 事	藤 田 隆 雄	
顧 問	小 西 英 樹	

専門部会担当理事

部会名	氏 名	氏 名
普及啓発部 発会	中 里 嘉 久	芦 田 胤 雄
	栗 田 万 三	浅 尾 波 津 美
	中 川 敏 子	衣 川 政 明
就業開拓部 発会	中 里 嘉 久	渡 邊 満 子
	亀 井 吉 晃	門 野 道 子
	芦 田 泰 弘	衣 川 政 明
安全就業部 発会	中 里 嘉 久	大 槻 博 志
	坂 本 葵	尾 上 好 江
	坂 本 厚	衣 川 政 明
事業推進部 (公共)	中 里 嘉 久	芦 田 胤 雄
	栗 田 万 三	坂 本 葵
	浅 尾 波 津 美	中 川 敏 子
(民間)	衣 川 政 明	
	渡 邊 満 子	亀 井 吉 晃
	大 槻 博 志	門 野 道 子
	芦 田 泰 弘	尾 上 好 江
総務部会	坂 本 厚	衣 川 政 明
	中 里 嘉 久	渡 邊 満 子
	亀 井 吉 晃	門 野 道 子
	芦 田 泰 弘	衣 川 政 明

各地区担当役員

地区名	担 当 理 事 氏 名	
惇 明 昭 和	中 里 嘉 久	栗 田 万 三
	坂 本 厚	中 川 敏 子
大 正	亀 井 吉 晃	門 野 道 子
	藤 田 隆 雄	
雀部・成仁 遷喬・佐賀	渡 邊 満 子	栗 田 万 三
	坂 本 厚	藤 田 隆 雄
庵 我	亀 井 吉 晃	門 野 道 子
	藤 田 隆 雄	
修 齊 上 豊 富	大 槻 博 志	門 野 道 子
	芦 田 泰 弘	浅 尾 波 津 美
下六人部 中六人部 上六人部	芦 田 胤 雄	
	坂 本 葵	
	芦 田 泰 弘	
下 川 口	大 槻 博 志	門 野 道 子
	芦 田 泰 弘	浅 尾 波 津 美
上 川 口 金谷・三岳 金山・雲原	渡 邊 満 子	
	太 田 哲 雄	
	尾 上 好 江	
三和北・南	大 槻 博 志	芦 田 胤 雄
	中 川 敏 子	
夜 久 野	亀 井 吉 晃	坂 本 葵
	浅 尾 波 津 美	
大 江	中 里 嘉 久	太 田 哲 雄
	尾 上 好 江	

独自事業担当役員

事業名	役 員 氏 名	摘 要
シルバー ショップ “やすらぎ”	大 槻 博 志	運営副委員長
	芦 田 胤 雄	仕入販売部長
	栗 田 万 三	商品生産部
	門 野 道 子	商品管理部
	藤 田 隆 雄	商品管理部
しめ飾り 製 作	渡 邊 満 子	商品開発部
	亀 井 吉 晃	
	栗 田 万 三	
	芦 田 泰 弘	
	尾 上 好 江	
シルバー農園	大 槻 博 志	
シルバー太鼓	渡 邊 満 子	
里山事業	芦 田 胤 雄	

※衣川政明理事は、専務理事として各部会を担当

各種委員会委員

事故調査会議委員 6名

役職名	氏名	摘要
委員長	山下 忠雄	職種班班長
副委員長	高橋 康雄	職種班班長
委員	大槻 博志	安全就業委員長
委員	中里 嘉久	有識者
委員	石川 勉	会員
委員	衣川 政明	専務理事

安全就業委員会委員 8名

役職名	氏名	摘要
委員長	大槻 博志	担当理事
副委員長	山下 忠雄	職種班(機械除草)
委員	坂本 厚	担当理事
委員	藤田 繁樹	地区班長
委員	坂本 葵	職種班(環境パーク)
委員	高橋 康雄	職種班(剪定)
委員	山田 博允	会員
委員	衣川 政明	専務理事

適正就業推進委員会委員 13名

役職名	氏名	摘要
委員長	中里 嘉久	会員・理事
副委員長	渡邊 満子	会員・理事
委員	亀井 吉晃	会員・理事
委員	坂本 葵	会員・理事
委員	芦田 胤雄	会員・理事
委員	桐村 達夫	会員
委員	畠中 保穂	会員
委員	楠元 學	会員
委員	塩見 民子	会員
委員	眞下 幸子	会員
委員	山田 博允	会員
委員	土橋 光子	会員
委員	衣川 政明	専務理事

編集委員会 8名

役職名	氏名	摘要
委員長	中川 壯平	会員
委員	渡邊 満子	理事
委員	芦田 泰弘	理事
委員	尾上 好江	理事
委員	高橋 昭子	会員
委員	吉田 久仁夫	会員
委員	恒川 昌美	会員
委員	麻野 強	会員

会員互助会 第13回定期総会を開催

5月20日(土)センターの定時総会に引き続き会員互助会総会を開催し、29年度の事業・予算を決めました。

■議事事項

第1号議案 平成28年度事業報告

第2号議案 平成28年度収支決算報告
会計監査報告

第3号議案 平成29年度事業計画

第4号議案 平成29年度収支予算

とおり承認可決されました。

■会員互助会役員

会長	山田 博允
副会長	大槻 博志
庶務会計	楠元 學
監査	藤田 繁樹
監査	太田 隆雄
事務局長	衣川 政明
幹事	石井 登喜枝
幹事	河内 涼子
幹事	桐村 久美子
幹事	四方 吉和
幹事	谷口 幸美
幹事	畠中 保穂
幹事	細尾 三洋
幹事	牧尾 三洋

※監査・事務局長はセンター役員と兼務

安全・適正就業への取り組みを強化

『事故0運動』継続実施中！安全就業の徹底を！

◆平成28年度の事故件数

傷害事故 11件（前年度比 2件増）

物損事故 18件（前年度比 4件増）

平成28年度の傷害事故の発生原因は、「転倒」、「転落」が7件と最も多く、骨折・脱臼等により休業されました。長期の入院・治療は、高齢者にとって致命的なものとなりますので、無理をせず、事故を起こさないように十分に気をつけましょう。

物損事故では、機械除草時の「飛び石」と「車両の運転」に関するものが、全体の85%を占めており、昨年と同様の結果となりました。

安全就業委員会では、一層の安全意識高揚の啓発、パトロールの強化、研修会等の開催を通して、会員が一丸となって安全就業に取り組むことが確認されています。



掲示板

◆第1回安全就業委員会を開催【委員名簿は6ページを参照】

6月14日(水)午後1時30分から本年度第1回目の会議を開催し、事故防止の取り組みと「安全・適正就業標語」の優秀標語を決定した。

■重点項目

- 飛び石防止
 - ・ナイロンカッターの使用禁止
 - ・飛散防止ネットの使用
- 作業におけるヘルメットの着用
- 再発防止のため顛末(始末)書・理由書の提出
- 「健康診断」受診の啓発

■事業計画

- 重点項目の会員への徹底
- 安全講習会、パトロールの実施

■「安全・適正就業に関する標語」を選考、決定

本年度も会員11名から26点の作品応募があり、審査の結果、次の2点を京都府シルバー人材センター連合会への推薦標語としました。

たくさんの応募をいただき、ありがとうございました。



※ 始業前 必ず点検 安全就業

横田 義和 会員 (大正地区)

※ 危険予知は 事故防止の第一歩

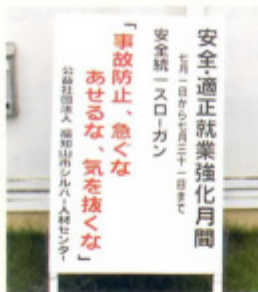
山地 信一 会員 (大江町地区)

◆第1回事故調査会議を開催【委員名簿は6ページを参照】

安全就業委員会の開催に呼応して6月12日(月)には事故調査会議を開催し、直近に発生した事故について、会員(当事者)からの聞き取りも含めての検証を行い、事故の重大性を改めて確認し対策を検証した。今後も事故発生のたびに迅速に検証を行い、再発防止策を講じることとした。

7月は、全国一斉「安全・適正就業強化月間」 安全・適正就業強化月間の活動

全国統一スローガン「事故防止、急くな、あせるな、気を抜くな」



啓発立看板



啓発のぼり旗



のぼり旗掲揚

■7月27日(木) (公社)京都府シルバー人材センター連合会主催

平成29年度 安全・適正就業推進大会に参加し、安全対策の研修を深めました。また、当センターから推薦していた、山地信一会員の標語が入賞(優秀賞)となり、その席上において表彰されました。

京都府の安全・適正就業標語 入賞作品

最優秀賞 慣れるほど 初心にかえり 確認を
(長岡京市 福田明義さん)

優秀賞 危険予知は 事故防止の第一歩
(福知山市 山地信一さん)

これくらい そんな過信が 事故のもと
(向日市 伊田勝行さん)



山地さん受賞

◆適正就業委員会

7月25日(火)午後2時から29年度第1回適正就業推進委員会を開催し、28年度の事業評価を行い、29年度の事業計画について検討、審議し、具体的取り組みを決定した。

●事業実施計画

- ・ 臨時的、短期的、又は軽易な仕事を 請負、委任、派遣による就業推進
- ・ 発注者の多様なニーズに豊かな経験、技術技能と就業マナーで誠心就業
- ・ 適材適所、公平平等を基本に就業相談を充実し就業意識の高揚を図る
- ・ 未就業会員の解消、長期就業の是正のためのワークシェアリング及びローテーションの推進

シルバーショップ

開設5年目を迎えるにあたり、 新たな体制で出発

会員の皆さん、地域の皆さんにも毎月第4木曜日の“ショップ開店”が定着し、毎回たくさんのお客様でにぎわっています。

少しの量でも構いませんので、会員の皆さんは、こぞって出品いただくようお願いします。

また、10月26日には5周年記念イベントが、11月には5周年記念式典を現在計画中です。御期待ください。



シルバーショップ運営組織図

シルバーショップ運営委員会

- ◎委員長 伊木 正(大正) ○副委員長 大槻 博志(三和北) ○庶務会計 青山 勲(惇明)
- 委員 足立喜代士(修斉) 大槻 祥二(上六) 荒木 静男(修斉) 芦田 胤雄(中六)
- 梶原 躋泰(雀部) 渡邊 満子(雀部)
- 本部委員 局長 衣川 政明 次長 芦田 正人 楠元 學(昭和)

商品生産部

- ◎部長 荒木 静男(修斉)
- 部員 山中 光男(庵我) 間島 正(佐賀)
- 山下 忠雄(三岳) 桑原 長利(大正)
- 西村 實好(上川) 山下実千穂(三岳)
- 藤林 孝司(上豊) 栗田 万三(成仁)

商品開発部

- ◎部長 大槻 祥二(上六)
- 部員 渡邊 満子(雀部) 藤田 繁樹(中六)
- 南野 幹夫(下六)

商品仕入れ、販売部

- ◎部長 芦田 胤雄(中六)
- 副部長 畠中 保穂(昭和)
- 部員 佐竹 勝子(金山) 四方 吉和(佐賀)
- 赤井 淳(惇明) 牧 変(昭和)

商品管理部

- ◎部長 足立喜代士(修斉)
- 副部長 藤田 隆雄(修斉)
- 部員 青山 勲(惇明) 石井 康弘(昭和)
- 日高 恵子(庵我) 門野 道子(修斉)
- 植村すみ代(庵我) 石井登喜枝(大正)

サロン部

- ◎部長 梶原 躋泰(雀部)
- 部員 佐竹すみ子(修斉) 大槻日出雄(大正) 氏良 寿恵(上六)
- 井元 智恵(昭和) 間島 導子(佐賀) 室田 勝子(大正)
- 桐村久美子(上川)

本部

- 総務課長 荒木 一昌(会計管理)
- 係長 松本 義男(ショップ担当)
- 職員 柏 和彦

京都府シルバー人材センター連合会主催による 「家事援助サービス」講習会が開催されました

福知山地区では、7月11日から13日まで「家事援助サービス講習」が市民交流プラザふくちやまにおいて開催されました。本講習会には14名が参加し、熱心に講習を受け、必要な技能を修得しました。

講習に参加された方からは、専門的な内容であったが、身近な所で活用できるのでは、また、医療の進歩と介護制度の変化に驚いたという感想が寄せられました。

本講習会修了者の中から、6名の方が当センターの入会説明会にきていただき、実のある講習会になりました。



しめ縄講習会の開催!!

独自事業として展開している、恒例のしめ縄作りについては、年末の風物詩になっています。

しかしながら、近年その従事者の確保が急務となっています。

そこで、しめ縄製作委員会では、6月27日に従事者の技術向上を目的に、新規に参加を希望される4名を含め、15名の参加のもと、講師の間島正さんの指導により、熱のこもった講習会が開催されました。

特に新規参加者は、わらの扱い方に悪戦苦闘しながらも、熱心に最後まで取り組まれました。当委員会では、10月に2回目の講習会を予定されており、本番に向けてその準備を着々と進められています。



シルバー人材センターが どのように活動して、動いているか

1. 現在は社会の流れが速く、人々も減少している中、若い人の割合が低く、高齢者が増加しつつ、地域を支える高齢者の単身世帯を支える事も含めて人手不足となっている。
1. 国（政府）の方針で、働きたいと願う高齢者の希望を叶えるために……
1. 福知山シルバー人材センターは、会員制度で人生経験豊富な人々の集まりであり、「自主・自立・共働・共助」をモットーに、会員達は毎日自信をもち、使命感に燃えて役割・仕事をしています。
1. 他の職場とは違い、生活のための就業だけでなく、人生経験豊富で色々な仕事の経験者であるので、良き仲間作り、友達作り、精神的な面で、やすらぎとあたたかさを感じる組織（団体）である。
1. シルバーの仕事の内容は（請負+派遣）
環境の整備・社会サービス・公園清掃・機械除草・その他多種
1. 会員互助会の同好会も活動しています。
（写真同好会・カラオケ同好会・大正琴サークル・グラウンドゴルフ同好会・手芸サークル）



あなたも、シルバーの会員になりませんか。



互助会サークルの活動

シルバー手芸同好会

シルバー手芸同好会は、本年4月にシルバー人材センター会員互助会の5番目のサークルとしてご承認いただき、設置することができました。

目的は、会員相互の交流と親睦を図ることですが、加えて物づくりにより手先を動かし、脳の活性化と運動能力の維持で元気に日々の生活を楽しむことを望んでいます。

立ち上げて間もないので運営の体制も十分とは言えず、現在の所属会員は17名ですが、状況を見ながら少しずつ会員を増やしていければと思っています。固苦しいことは抜きにして、楽しく色んなお話や情報交換、作品製作を通じて長く続けられるようにと思っていますので、興味のある方は声をかけていただければ幸いです。出来栄はどうかあれ、自分で製作したものは「うん、なかなかよくできた。」と自分を誉めてあげられますよ。

ショップでの作品販売や同好会作品展示会なども視野に入れ、みんなで楽しく活動しています。



■ 連絡先：代 表 氏良 寿恵
庶務会計 佐竹すみ子

副代表 塩見 民子
幹 事 桐村久美子

のいずれかにお問い合わせください。

シルバー行事

お知らせ案内板

互助会親睦グラウンド・ゴルフ大会

- ・日 時 10月14日(土) 午後
- ・場 所 三段池公園 おおはらっぱ広場
- ・申込み 別途参加申込書を配布します。

全国一斉「シルバーの日」 普及啓発活動

- ・日 時 10月21日(土)
- ・場 所 市内大型店舗前



互助会一泊親睦旅行

- ・日時 11月17日(金)
～18日(土)
- ・行先 北陸方面への旅



互助会日帰り旅行

- ・日 時 9月30日(土)
- ・行 先 淡路島、渦の道と
割烹バイキングの昼食
- ・定 員 会員・職員120人(大型バス3台)
- ※参加募集は、9月8日で終了しました。

シルバー斉 ボランティア活動

- ・日 時 10月14日(土)
集合 午前8時15分
開始 午前8時30分から
2時間程度
- ・場 所 市民病院、三和工業団地
- ・内 容 除草、剪定、清掃等
- ・申込み 別途参加申込書を配布します。



平成28年度の井ノ奥公園・市民病院清掃作業

第27回 福知山マラソンボランティア

- ・日 時 11月23日(木・祝日)
- ・場 所 三段池公園体育館及び周辺
- ・定 員 会員・職員 60人
(ゴミ分別50人・警備10人)
- ※参加募集は、9月8日で終了しました。



第9回 「シルバーのつどい」

- ・日 時 平成30年2月17日(土)
- ・場 所 サンプラザ万助



第8回「シルバーのつどい」
福知山市シルバー太鼓・スッコップ三味線

私のさわやか健康レシピ

浅尾 波津美(修斉地区班)

◆照り焼きごぼうハンバーグ (2人分)◆

材料 ごぼう … 100g(こまかいさがき)
 合挽ミンチ肉 … 200g
 たまねぎ … 100g(みじん切)
 ほうれん草 … 1束

A 卵 … 1個	B しょう油 … 大さじ 1と1/2
塩 … 小さじ 1/2	さとう … 小さじ 4
こしょう … 少々	みりん酒 … 小さじ 2
パン粉 … 大さじ 3	バター … 大さじ 1
牛乳 … 大さじ 2	サラダ油 … 大さじ 1



◆作り方

- ① ほうれん草はゆでておく。パン粉は牛乳にひたしておく。
- ② ボールに、ごぼう・ミンチ・たまねぎを入れ、Aの材料を入れ、白っぽくなるまで混ぜる。
- ③ 6等分に分け、円形にしておく。
- ④ サラダ油を引き、焼き色が付いたら返し、竹串でついて見て、透明な肉汁が出るまで焼き、Bの調味料を加えて照りが出るまで煮詰める。
- ⑤ ほうれん草はバターでさっといため、器に盛り、その上にハンバーグをのせできあがり。



◆豆腐の肉巻き焼き (4人分)◆

材料 豆腐 … 1丁
 豚肉うす切り … 8枚
 貝割れ菜 … 1/2パック
 小麦粉 … 適量
 サラダ油・しょう油・酒・水・みりん・七味唐辛子

◆作り方

- ① 豆腐は水切りをしておく：半分に切り、8切れに。
- ② 豚肉(1枚)で、豆腐(1切れ)を巻く。
- ③ 小麦粉をまぶす。
- ④ フライパンに、油を熱して、中火で全体を焼く。
- ⑤ しょう油・酒・水・みりんを好みで加えてからめる。
- ⑥ 器に盛り貝割れ菜をのせ、からめ汁をかけて、七味唐辛子をふりできあがり。



親切・丁寧・誠実をモットーに頑張っている シルバー人材センター

若者には、まだまだ負けていない経験豊かな強者ばかり。
理事長・職員・役員が、やさしく話を聞いてくれる、そんな事務所に足をはこび、
相談しよう何事も……

淋しくひとり老後を送り、先の事を思うより、仕事がなくとも、シルバー同志、
一緒に語り、笑って一日おくらうじゃないか……

後ろを向かず、前むいて、いくつになっても元気でいたいネ。働きたいネ、働く
ことのよろこびを若者達にも伝えよう。

年齢なんて関係ないよ。出来る仕事はドンドンやって、ありがとうと感謝し、
感謝されお客様のよろこびが、自分の身に返ってくる。

ありがとう、またお願いします、来年も……

この一言に元気がでます、自分の躰に責任もって仕事をしよう。

いつまでも……

(氏良 寿恵)

この世の中、まだまだすてたもんじゃない!!

仕事の帰り、あるスーパー駐車場でのひとこま。

ドアを開けて出ようとした時、たくさんの買い物カートにのせ、
50代ぐらいの夫婦が出てきた。夫の方は、嫁さんの後ろからトボトボと歩いて
来る。嫁さんはトランクを開け、たくさんの買物袋を積み込み、車のエンジンを
かける、夫の方はカートを指さして、「これこれ」と言っている。嫁さんは大
きな声で「うるさい、早く乗れ、バカか早く」と言っている。又、大きな声で
「やかましい、早く」と言う。夫は何か「ブツブツ」言いながら車に乗り込ん
だたん、嫁さんから“パンチ2回”とぶ、私は夫の方に“ガンバレ”とつぶや
いた時、またパンチが2回とんだ。車の窓は全開になっている、嫁さんは私に気
がつき、エンジンをふかし、私を睨みつけ帰って行った。残されたカートは？
と思い、カートを見たら、横の車の女性が、自分のカートと重ねて返しに行く
姿に“キュン”ときた。

私は、「ワーステキ」と独り言。モラルの悪い人がいるなか、それも気にせず、
黙ってやっている人を見て、この世の中、まだまだすてたもんじゃないと、私
もそうでありたい“一人の人として”と強く感じたところである。

(一会員)

就業職場紹介

共働 「障害福祉サービス事業所」(通所バス添乗・介助業務)

私たちは、シルバー会員としての誇りと責任を持って頑張っています。

共助

障害福祉サービス事業所様からの委託を受け、通所者の朝のお迎えバスに添乗し、お迎えと乗車確認をしながら、施設まで安全に到着させる業務を三人が交代で行っています。時間的には概ね一時間の業務ではありますが、月曜から金曜に通所されている方々との交流もでき充実した就業となっています。

運行順路は、事業所～西山ストア前～福知山高校前バス停～北都信金前田支店前～長田野体育館駐車場前～堀平塚亭前～堀口～南岡～旭ヶ丘～淑徳高校前～セブンイレブン今安店～駅南バス停～事業所を廻るコースです。順路をたどって、お迎えにいくと、そこにはいつもの顔があり、「おはよう」というあいさつで、気分も爽快となり、人と人の繋がり大切さを改めて感じる次第です。

施設の担当者の方からも、人生経験豊富な方々にお世話になっており、大変有難いというお言葉を頂いています。

今後とも、通所者の皆様が気持ちよく通所されるよう、シルバーならではの心配りで精一杯頑張っていきます。



老春愉しきかな

私の健康法

松浦 征彦 (樟明地区)

若い頃は、健康に対して意識して考えた事は殆ど無かった。

私は、若い頃から職業柄(自衛官)自分の身体には自信を持っていた。しかし、現在生活の中で、ふとした事で物忘れをしたり、何でもない所でつまずいたりする事がある。

これではと思い、四、五年前から、若い頃趣味でやっていた、ゴルフを始めたのです。でも最初は長いプラランクがあったので、プレーをしたら二、三日疲れが取れなかったです。ゴルフは、十八ホールを回り、私は、八km程歩きます。スコアも気になりますが、コースを歩くことが健康作りに非常に役に立っています。又、頭の活性化の為、麻雀・将棋をやっています。将棋はゲーム感覚で一人で出来る、詰将棋をやっています。これも脳の活性化に役立っていると思っています。

います。又、シルバーの会員になって六年余り、一日の仕事が終わった時の充実感も心地良いものです。色々な人と知り合いになり、私にとって良い刺激になっています。これからも健康には十分気を付けておられます。無理のない日々を送りたいと思っています。

