

シルバー ふじのみや

2022.1.20

No.

20



公益社団法人 富士宮市
シルバー人材センター



ご挨拶

公益社団法人
富士宮市
シルバー人材センター

理事長
辻村 保男

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様並びにシルバー人材センターにご協力いただいております関係者の皆様方には、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、シルバー人材センターの事業運営に格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症は現在も世界中で猛威をふるい、ワクチン接種が進んでいる中でも収束する気配がありません。ウイルスの変異も続き危機感が高まるばかりです。この先もしばらく辛抱強く感染対策に取り組んでいく必要があるでしょう。センターでも総会や交流事業、普及啓発活動をはじめ各種行事をやむなく縮小や中止せざるを得ませんでした。今年も必要な感染対策を講じて事業を進めてまいりますので皆様のご協力をよろしくお願いいたし

ます。

近年のシルバー人材センターが抱える課題の一つが会員数の減少です。当センターにおいても会員減少が続いており、新入会員確保に努めているところです。一方で会員の退会抑制の取り組みも必要です。働く意欲を持った会員に希望に沿った就業先を紹介できるよう就業開拓が欠かせません。また、就業することが困難になった会員の居場所としての機能を果たすこともセンターの大事な役割であり、就業を希望しない会員でもセンターで活動を続けていただけるようゴールド会員制度を創設したところです。

高齢化の進展に伴う新しい地域の課題として、朝のゴミ出しや電球の取り換えなど日常生活のちょっとした生活支援が必要な世帯が増えています。こうしたことにも、自治体、関係団体と協力しながらシルバー人材センターで何ができるか研究をしていきたいと考えています。

会員の皆様にはこれからも健康に留意いただき、センターでの活動を続けていただくことをお願いし、また新会員の入会促進にもお力添えをお願いいたします。

結びとなりますが、皆様方にとりまして、本年が幸多き一年となりますよう心より祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

新年のご挨拶



須藤 秀忠

富士宮市長

新年あけましておめでとうございます。

公益社団法人富士宮市シルバー人材センター会員の皆様におかれましては、令和4年の新春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、会員の皆様には、日頃から市政運営に多大なる御理解、御協力をいただいておりますことに感謝申し上げます。

さて、昨年も、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、市民生活や経済活動が制限された一年となりました。そのような中、市では、4月から新型コロナワクチンの接種を開始いたしました。ワクチン接種会場での、駐車場整理には皆様のお力添えをいただき、また、10月に執行されました2度の選挙におきましては、短期間での作業となりましたが、選挙ポスター掲示板の設置や、投票所での駐車場整理に御協力いただき、ありがとうございました。改めまして皆様の活動に感謝申し上げます。

このほかにも福祉施設での奉仕活動等、多岐にわたる皆様の活動の様子も新聞等で拝見いたしており、市内の様々な活動は、シルバーの皆さんなくしてはできないと実感しています。感染防止の対策を図りながらの活動は、御苦勞も多いことと存じますが、施設を利用する方々の笑顔や喜びあふれる声に、皆様の日々の活動は地域貢献というだけでなく、関わるすべての方々に大きな刺激となり、地域の活力のもととなるものと考えております。

会員の皆様におかれましては、健康には十分御留意いただき、皆様の技術や知識、経験を活かし、さらなる御活躍をお願い申し上げますとともに、市といたしましても、元気に活躍する高齢者を応援するまちづくりを、今後も継続して進めてまいります。

結びに、公益社団法人富士宮市シルバー人材センターの今後益々の御発展と、会員の皆様の御健勝と御多幸を心より祈念申し上げ、私の新年の挨拶といたします。



小松 快造

富士宮市議会議長

新年明けましておめでとうございます。

富士宮市シルバー人材センターの会員の皆様におかれましては、清々しい新春を健やかにお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

日頃より市議会の活動や市政全般にわたり、ご理解とご協力をいただいておりますことに心より感謝申し上げます。

さて昨年は、新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言等により様々な活動が自粛を強いられ、多くの方々が疲弊し悲嘆にくれる中、富士宮市議会始まって以来の不祥事により、信頼を裏切ることとなってしまい、心よりお詫び申し上げます。市議会として、厳粛に受け止めるとともに信頼回復に向けて取り組み始めたところです。引き続き市議会へのご理解、ご支援の程よろしくお願いいたします。

改めて富士宮市シルバー人材センターの会員の皆様におかれましては、常に時代の潮流に合わせて、様々なニーズに応えるため、会員相互の結束と協力のもと、市民生活に密着した多様なサービスを展開され、多くの実績と信頼を積み重ね、地域にとってなくてはならない存在として、地域社会の発展に貢献されておりますことに、心から敬意と感謝の意を表する次第です。

皆様ご承知のとおり、我が国は、本格的な人口減少社会を迎え、労働力の低下が深刻な状況にあります。国が示す働き方改革では、働く意欲のあるシルバー世代の方々が、積極的に社会参加し、地域社会の担い手として活躍することが求められております。

貴センターには、地域社会の活性化を促進する組織として、さらにシルバー世代の方々が、これまで培われてきた知識や経験などを活かし、新たな就業を通して安心して地域社会に携わるための就業の最重要拠点として、その果たす役割は、大変大きなものであると思います。

市議会といたしましても、安全安心な暮らしと市民福祉の向上のため、皆様の期待と信頼に応えるよう精進して参ります。

結びに、富士宮市シルバー人材センターのますますの発展と会員の皆様のご健康とご多幸を心から祈念申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

ゴールド会員制度の創設について

ゴールド会員とは、年齢や体力的な理由などで就業が難しくなった方であっても、気軽にセンター会員を続けていただける新しい会員制度です。

就業は希望しないけれども、センターに所属しながら、同好会、親睦行事、ボランティア活動等に参加し、健康の保持、生きがいの充実、仲間づくりを継続できる制度です。ゴールド会員の年会費は1,000円になります。ゴールド会員の手続きについては事務局にお問い合わせください。

社会福祉施設の奉仕活動を実施しました



令和3年11月5日に、市内8施設で奉仕活動を実施しました。当日は83名の会員がそれぞれに富士ケアセンター、特別養護老人ホームしらいと、富士宮荘、星の郷、百恵の郷、障害者支援施設三和荘、介護老人保健施設みゆきの苑、デイサービスセンター稲瀬を訪問し、草刈り、植木の剪定、清掃などで汗を流しました。施設を利用する人たちもきれいになってありがたいと笑顔を見せていました。

これからも奉仕活動を実施していく予定ですので、皆様の協力をよろしく願います。



グラウンドゴルフ同好会から

令和4年度交流大会の開催について

新年あけましておめでとうございます。今年も元気に頑張っていきましょう。

今年も、1月から毎月で年12回（第3土曜日 雨天の場合第4土曜日）の交流会（うち7月は大会）を下記の日程で開催いたしますので、奮ってのご参加をお待ちしております。



開催日（1月から毎月第3土曜日） 午前8時受付 8時30分スタート

第1回	1月15日	第4回	4月16日	第7回	7月16日	第10回	10月15日
第2回	2月19日	第5回	5月21日	第8回	8月20日	第11回	11月19日
第3回	3月19日	第6回	6月18日	第9回	9月17日	第12回	12月17日

参加費 200円/1人
(グラウンド、用具使用料 他)

※連絡先 部長 小泉芳文 Tel65-1051
協力幹事 浅原勝巳 Tel24-1843
清 全 Tel24-1616

冬を元気に過ごすために（ウォーキング）



ちょっといい話

いよいよ本格的な冬がやってきました。気温が下がると散歩や運動も億劫に感じてしまい体を動かす機会が少なくなります。暖かい時間に少しずつでも体を動かしましょう。

1日にどれだけ歩けばいいの？

厚生労働省が推奨する「健康日本21」では、高齢者の場合男性7000歩、女性6000歩を目標指数と定めています。



どんな効果があるの？

歩くことは、高血圧、糖尿病、メタボ予防に加えうつ病やがん、脳卒中、心疾患、認知症など様々な病気や生活習慣病に効果があります。

歩数と歩行時間

個人差が大きく一概には言えませんが高齢者では、1300歩が15分程度の歩行と考えられています。

効果のある歩き方

●背筋を伸ばして、腕を大きく振る。●何とか会話のできる程度の速さで歩く。●膝が伸びるくらい大腿で歩く。

ウォーキングは、継続が大切!!

ウォーキングの効果を実感するまでは、時間がかかります。運動不足の人は、徐々に歩く距離を伸ばしましょう。明るく前向きに楽しみながら取り組みましょう。

▶▶ 新しい仲間です。どうぞよろしく。

新入会員

●8月入会

宇佐美 博

山口 幸代

森茂 栄子

脇 利江

村松 愛子

西村 光男

市川 初枝

遠藤 峰之

後藤 善教

●11月入会

根本 武

水谷 敏雄

石川千寿子

渡邊八千代

我妻 鉄男

石川 学

●12月入会

遠藤 和利

川崎 正子

望月 国彦

石川 光一

小鳥 居洋

酒井すみ子

齋藤 初江

遠藤 愛子

訃報

謹んでお悔やみ申し上げます。

佐野 賢 彰 様

▶▶ 編集後記

令和4年は寅年です。寅年は「成長」や「始まり」の年と言われています。これまで新型コロナウイルスの感染症拡大で日常生活に大きな影響を受けましたが、希望に満ちた新しい日常が始まる年になることを祈っています。会報第20号の発行にあたり、ご協力をいただきました皆様にお礼を申し上げます。また、皆様からのご意見、エッセイ、紀行文などをお待ちしています。



公益社団法人 富士宮市シルバー人材センター

事務局 〒418-0022 富士宮市小泉569番地2
TEL (0544) 23-4008
FAX (0544) 23-5530

編集 普及啓発委員会
印刷 フジ印刷(有)

遠藤昌子 塩川文三
高橋明男 遠藤能則
TEL (0544) 23-3040

[E-mail] fujinomiya@sjc.ne.jp

[URL] <http://www.sjc.ne.jp/fujinomiya/>