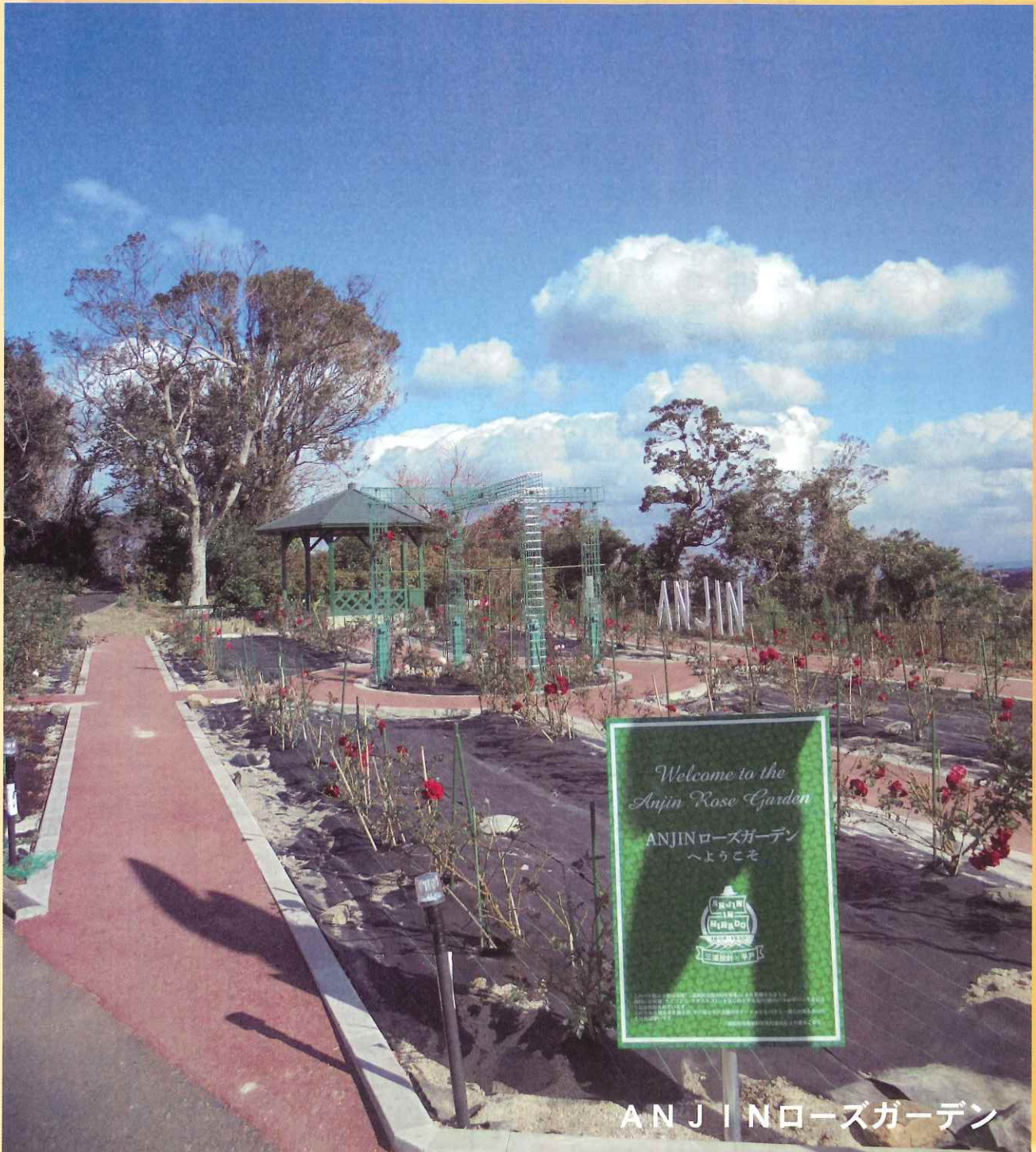


2021年2月

NAGASAKI

# シルバーひらど



ANJINローズガーデン

HIRADO

VOL.37



## 新年を迎えて



平戸市長  
黒田成彦

新年あけましておめでとうございます。

平戸市シルバー人材センター会員の皆様、役員の皆様ならびに関係各位の方々におかれましては、お健やかに新年をお迎えになられたことと、謹んでお慶び申し上げます。また、会報「シルバーひらど」が、発刊三十七号をむかえられましたことを心からお慶び申し上げます。

旧年中は、市政発展のため、格別のご厚情を賜り厚くお礼申し上げます。

公益社団法人平戸市シルバー人材センターにおかれましては、「自主・自立・共働・共助」の基本理念を掲げ、高齢者の健康維持や社会参加に寄与されるとともに、地域社会の活性化、福祉の向上に貢献いただ

ているところです。また、平戸市シルバーワークプラザの指定管理者として、働く意欲のある高齢者の方々の就労支援など日々活発な事業活動を実施していただいておりますことに心から感謝を申し上げます。

さて、我が国は少子高齢化により、世界に例をみない速度と水準で高齢化が進展し超高齢化社会を迎えておりますが、本市の高齢化率は、国・県をはるかに上回り四十%を超えている状況で、高齢者が生涯現役として多様な形で社会参加することが求められております。

このような中、シルバー人材センターにおかれましては、就労を通じた高齢者の社会参加と地域貢献、社会の支える側の増大、労働力の確保に努められている一方で、健康寿命の伸長や生きがいづくり等高齢者福祉の向上にご尽力いただき、活力ある高齢社会を支える地域の中核的な組織として活躍されております。その活動は高く評価され、役割は一層重要となつてまいります。今後ますますのご活躍を大いに期待するところです。

市といたしましては、本市がめざす高齢社会像の『一人ひとりの高齢者が、「自分

らしさ」を發揮しながら生涯「自分らしく」暮らし続けることができるまち』の実現に向けて、各種事業を展開しております。その事業の一環として行っております「ワンコインまごころサービス事業」「訪問型サービスB事業」などの委託事業の充実を図り、今後とも皆様方と手を携え高齢者福祉の充実に努力してまいりますと思っております。

併せまして、会員の皆様には人生の先輩として若い世代に豊富な知識、経験をご教示いただくなど、地域づくり・人づくりの面からもご支援いただきますようお願い申し上げます。

現在、ウィズコロナの生活様式での活動を余儀なくされておられますが、会員の皆様には十分な対策・対応をとられ、活動の継続をお願い申し上げます。

結びに、平戸市シルバー人材センターの今後ますますのご発展と、会員ならびに関係各位のご健勝とご多幸を心より祈念いたします。新年のご挨拶といたします。



令和二年度 定時総会開催!!



令和二年度定時総会が五月二十九日(金)平戸文化センター中ホールにおいて開催されました。

本年度の定時総会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、地域班長並びに職群班長のみ出席となり、三密防止の観点から少人数開催となりました。

総会は、会員総数二百五十六名に対し、出席者数正会員三十一名、議決権行使書提出会員百九十七名、委任状提出会員十名で過半数に達しており、会が成立いたしました。弥勒

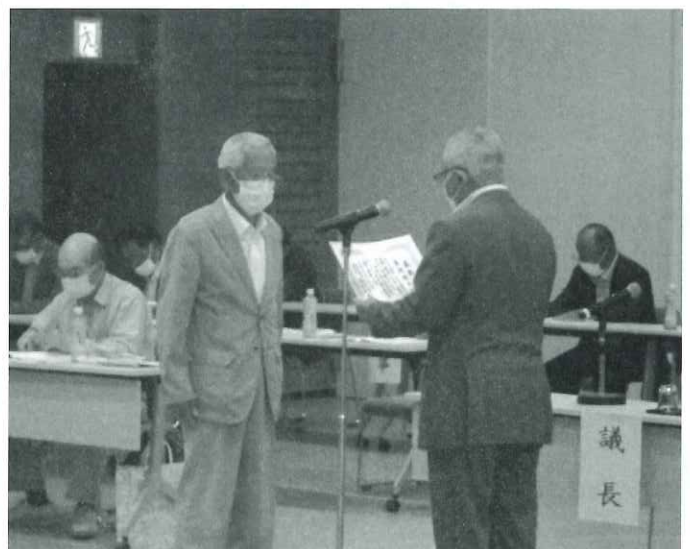
院理事の司会進行により定刻十時に開会、藤澤理事長式辞の後、センターの事業発展に貢献された役員一名、十年間会員として事業発展に貢献された会員十三名の代表者に表彰状を、また新規契約の成立に対する功績があった会員一名に対し表彰状が送られました。

引き続き、選出された中村議長の進行により議事が進み、第一号議案令和元年度事業報告及び決算並びに監査報告、第二号議案の役員の選任について全員意義なく承認され、第一号報告の令和二年度事業計画、第二号報告の令和二年度収支予算についても全員意義なく了承されました。

また、本年は理事・監事の役員改選の時期であり、新たに理事十一名・監事二名が選出されました。

令和二年度は安定的な財政・事業運営を図るため、平戸市シルバー人材センター中期計画に基づき、「一人一会員入会」を基本として、女性会員の増強を中心に「会員拡大」と「就業拡大」を重点事業として取り組みを行います。

また、さらなる「安全就業」「適正就業」に努め、会員・役員及び事務局職員が一体となって、シルバー人材センターの基本理念である「自主・自立・共働・共助」の下、地域社会に信頼されるシルバー人材センターとして、効率的な事業の推進と活性化を図ってまいります。



功績があった役員に対して表彰状贈呈

【基本方針】

- 一、高齢者の就業開拓と会員拡大。
- 二、組織運営体制の確立。
- 三、地域班・職群班の活性化を図り、会員参加によるセンター運営体制の強化。
- 四、安全就業についての啓発・指導、適正就業の徹底。
- 五、普及啓発活動の推進。
- 六、財政基盤の充実。
- 七、長崎県シルバー人材センター連合会等との連携。



## 祝!!全シ協会長表彰

### 藤澤理事長が「長期就任役員」受賞

令和二年度全国シルバー人材センター事業協会定時総会において、当センターの藤澤理事長が「長期就任役員」として表彰されました。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、東京での表彰式が中止となり、これに代わり、六月二十九日に開催された令和二年度長崎県シルバー人材センター連合会定時総会の席において、当連合会吉木会長より表彰状が手渡されました。

藤澤理事長は、平成二十一年より常務理事兼事務局長に就任し、平成二十四年から現在に至るまで理事長として努められています。

これからも当センターの発展にご尽力賜りたく、ご健康に留意され、今後ますますのご活躍を期待いたします。

## 普及啓発促進月間の活動紹介!!

### ●ボランティア活動報告—会員が清掃奉仕活動—



10月のシルバー人材センター事業普及啓発促進月間の取り組みの一つとして、平戸市内全域で地域班16班によるボランティア活動が実施され、早朝から小学校や公共施設などの除草・清掃作業等を行い、会員皆が心地よい汗を流しました。

今後とも、ボランティア活動を通じて社会奉仕に貢献し、市民皆様に信頼され親しまれるシルバー人材センターを目指して行きたいと考えております。

# シルバースマホ 教室開催!!



昨年より平戸市シルバー人材センターで  
独自開催していた高齢者向けのスマホ教室  
が、本年は県連合会の高齢者活躍人材確保  
育成事業の一つとして、会員並びに一般市  
民向けに、十一月五日と十二月二日の二日  
間、平戸文化センター会議室において開催  
されました。

近年、幅広い世代でスマホ携帯が利用さ  
れ、会員の皆さんの中にもガラケーからス  
マホへと切り替える方も多く、スマホの需  
要が年々増加傾向にあります。

その中で、あまり使い方が分からないと  
いった声も聞かれ、この教室では、スマホ  
は持っているけど写真の撮りかたがわから

ない、インターネットを使ったことがない、  
ラインを始めたいけどやり方が分からない  
等、スマートフォンに対する不安を解消し、  
スマホの使い方や楽しみ方を身につけます。  
基本の操作方法から便利な使い方まで、N  
T Tドコモスタッフから親切丁寧に教えて  
いただき、大変勉強になったという声も多  
く聞かれました。



## 令和二年度 地域班会の開催

令和二年度の地域班会が、一月十三日よ  
り開催されました。例年であれば、事務局  
よりそれぞれの地域を回り、現状説明や意  
見交換を行ってききましたが、本年度は新型  
コロナウイルス感染拡大防止の為、地域班  
の班長・副班長及び各地区理事・監事の参  
加に限定して開催いたしました。

会では、事務局より今年度事業実績等の  
現状説明を  
行い、会員  
からは活発  
な質問や要  
望が多数寄  
せられまし  
た。

今後とも、  
新年度に向  
けて会員お  
一人おひと  
りのご支援  
ご協力をお  
願いたします。



## 安全・適正就業委員会だより

# 安全就業を心がけ事故「ゼロ」を目指そう

シルバー人材センターでは毎月、安全・適正就業委員会による安全巡回指導及び安全対策委員会を実施しています。委員は当日の各作業現場をパトロールして、安全点

検チェックリストを基に、安全保護帽の着用や剪定作業での安全帯着用、刈払機の安全ガードの装着など職種別に指導を行っています。

しかし、安全巡回指導を行っているにもかかわらず、残念ながら本年度中においても作業時における数件の傷害・賠償事故が発生しています。

特にここ数年は、刈払機使用時に飛び石による窓ガラス等の破損が増加しており、その対策の一つとしてセンターでは防護ネットを購入し、その対策に努めているところですが一向に事故は減少していません。今後は事故を起こさない為にさらなる対策が必要となります。

来年度は事故ゼロを目指し、会員一人ひとりが安全に対する心構えや気配り等、「安全」について今一度再確認いただき、安全な就業に取り組んでいただきたいと思います。

**令和2年度事故発生状況!!**  
(令和2年12月現在)

- 傷害事故 5 件：前年同月 3 件 (+2 件増)  
・内訳 入院 1 件 通院 4 件
- 賠償事故 5 件：前年同月 4 件 (+1 件増)  
・内訳 刈払機による飛び石事故 4 件、他 1 件



# 2021年男・年女の皆さん

二〇二一年の主役、丑年の年男・年女の会員にアンケート調査を実施しましたところ、六名の会員の皆さんからご回答をいただきました。

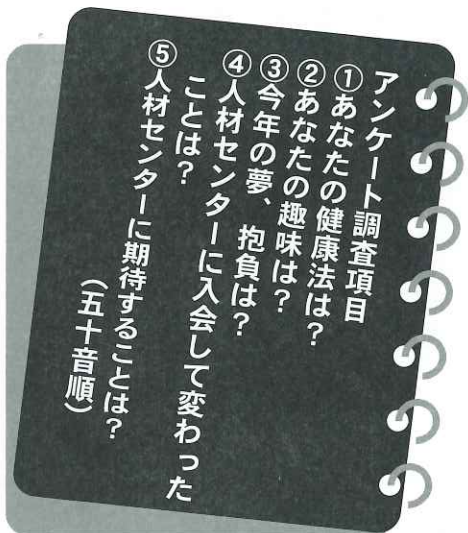
丑年生まれの人は、忍耐強さや我慢強さに恵まれているため、困難にもめげずに目標達成のために努力するという性格だそうです。どれだけ険しい道のりでも、弱音を吐いたりあきらめたりすることはなく、いくら周囲から無理だと思われようとも、自分で決めたことをやり通す努力家だと思います。

今年も始まったばかりですが、この困難な時を乗り越えて、今年一年が健康で明るく笑顔で過ごせますよう心からお祈りいたします。



津吉班  
青崎光國

- ①体を動かすこと。
- ②魚釣り、野菜作り。
- ③六回目丑年を迎えることが出来たので十回目(百二十歳)の丑年を目標にしたい。
- ④仕事に対する目標が出来たので月日の経つのが早くなった様な気がします。
- ⑤人生百年の時代に合った働く場。



- アンケート調査項目
- ①あなたの健康法は？
  - ②あなたの趣味は？
  - ③今年の夢、抱負は？
  - ④人材センターに入会して変わったことは？
  - ⑤人材センターに期待することは？
- (五十音順)



紐差班  
石田智利

- ①朝・夕、犬を連れて散歩をすること。
- ②魚釣り。(最近はケガをしたらいけないので行っていません。)
- ③健康第一。
- ④仕事柄上、言葉遣い。
- ⑤会員の人数を増やすこと。



田平北班  
松岡次人

- ①腹八分。
- ②釣り。グラウンドゴルフ、卓球は老人クラブで週二回づつプレーしています。
- ③健康第一。コロナウイルスが安全になって、孫の所や旅行に行くこと。
- ④楽しく仕事ができること。
- ⑤特にありません。





田平南班  
弥勒院 修身

- ①早寝早起きと食事は腹八分目。
- ②旅行、ドライブ。
- ③コロナ禍ですが、出来るかぎり趣味である旅行やドライブをしたい。
- ④与えられた仕事など出来ないと思っても、まず行動して結果を待つ。
- ⑤コロナ禍で経済が縮小して難しい事になって来ますが、シルバーの特徴を生かした仕事を模索してほしい。



度島班  
森 トシ子

- ①規則正しい生活。時々体を動かすサークル活動。
- ②毎日新聞を見る。読書、家庭菜園。
- ③毎日元気に暮らす。人の為になる事をする。(ボランティアなど、進んで参加しよう……)
- ④仕事をもっているという実感。仲間関係が密になる。
- ⑤特にありません。いまのままで十分です。



生月班  
山口 ももえ

- ①毎日元気で働く事です。
- ②スポーツ。
- ③作業がスムーズに進みますように。
- ④毎日が楽しいです。
- ⑤仕事がたくさんあるといいですね。



# 文芸コーナー

病む足  
ひきづりながら  
畑仕事  
春の野芽の  
発芽またるる



助け合う  
分けあいながら  
過ごす日々  
生ある限り  
続けと願う  
長生きに  
感謝幸運  
祈る日々



匿名希望 (平戸北部班)



除草作業

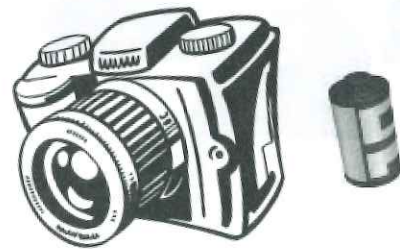


植木の剪定作業



襖の張り替え作業

# ふれあい 写真館



墓地清掃作業



農作業



# 健康の知恵

## —ウナギの栄養—



ウナギはウナギ科の硬骨魚で、海に生まれて川や沼で成長します。秋になると産卵のため海に下りますが、産卵場所はいまだに不明です。

夏場の魚はどれも脂肪が落ちて美味しくありませんが、ウナギだけは別で脂肪が多く、体力をつけるにはもってこいの魚です。だから「土用の丑の日」はウナギを食べて夏バテ予防に、というのは科学的根拠があります。

ウナギは夏バテに効果があるという知識は万葉時代からあったようですが、その頃の調理法は、ただ煮て食べる単純なものでした。室町時代になって、醤油が普及すると蒲焼が発明されました。

土用の丑の日にウナギを食べる風習は、江戸時代に平賀源内が「本日丑」と書いて店頭を立てかけたところ、千客万来だったというのに始まるといわれています。

蒲焼の命名は、ウナギを焼くと川が黒くなり、樺の樹皮に似ているため、また、焼くとすぐ香が立つため、また、ウナギを串にさして焼くときの形が蒲の穂に似ているため、という諸説があります。

ウナギの栄養は、タンパク質・脂肪・カルシウム・ビタミンA・ビタミンB2・ビタミンDが含まれ、特に肝に多く含まれています。

ウナギの調理は、日本では醤油とみりんを合わせたタレを使った蒲焼ですがヨーロッパでは燻製が多く、ドイツではスープ、デンマークではオープン・サンドイッチにして食べます。

ウナギを関西ではマムシといいますが、蛇（マムシ）とウナギの形が似ているからではなく、飯とめしの間にウナギを挟み、「マブシ」で食べるのが「マムシ」に変わったといえます。

(高齢者新聞より転載)

### 事務局伝言板

○就業報告書の提出はお早めに。

就業報告書は作業終了後直ちに発注者の確認をいただき、遅くとも翌月初めには速やかに事務局へ提出してください。提出が遅れますと配分金振込の事務処理が遅れますので、お早目に提出をお願いいたします。

○マスク着用・消毒の徹底を！

現在、新型コロナウイルス感染症が当市でも多数報告され、感染拡大が懸念されているところです。作業時においては、作業に支障がない程度でマスクを着用し、三密を避け、外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などはこまめに石鹸やアルコール消毒などで手洗いをするよう心がけましょう。

また、持病がある方やご高齢の方はできるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意しましょう。

# 会員募集中!!

「ありがとう」と感謝される日々を  
仲間と一緒に楽しみませんか!!



平戸市に在住で、60歳以上の健康で働く意欲のある方ならどなたでも入会できます。  
毎月第3火曜日に入会説明会を開催しています。事前に電話でお申し込みください。

## 表紙の説明 (カニゴロイカ)

崎方公園内にあるANJINローズガーデンは、三浦按針没後四〇〇年事業の一つとして整備され、新種「ウイリアム・アダムス」のバラ百五十本を含む約三百本、約五十種類のバラが記念植樹されており、五月と十一月に色とりどりのバラが見ごろを迎えます。

四百年前に交易を求め日本の平戸に渡来し、国際化の扉を開いた三浦按針の母国のバラをイメージすることができ、見晴らしのいい丘からのロケーションも楽しむことができます。

## 編集後記

令和三年度は、平戸市シルバー人材センター設立三十周年となることから、実行委員会で記念式典を検討しており、今後新型コロナウイルスが収束し、無事に記念式典を開催できることを期待したいものです。  
広報委員会でも三十周年記念誌の刊行を予定しており、充実した紙面づくりを目指して頑張りますので、会員皆様のご支援ご協力をお願いいたします。

広報委員会一同

### 編集発行

公益社団法人 平戸市シルバー人材センター  
長崎県平戸市鏡川町九三〇番地  
TEL (〇九五〇) 二二一三二〇〇  
FAX (〇九五〇) 二二一三一四