

令和6年(2024年)  
春号 No.134

# ほろろき シルバー 人材センター



## もくじ

- 定時総会の案内/ ..... 2  
事務局女性スタッフの思いと意気込み
- 桑原征平トークショー/ダム完成で新規業務受注/... 3  
e-sports体験会/新人会員研修/理事会だより
- 甲子園球場観戦記/デジタル化に慣れましょう/..... 4  
シニア健康講座/こども食堂
- 安全・適正就業通信/インナーヒートベスト助成/ ..... 5  
血圧計を設置/除草・剪定講習会
- ひろば/事務局体制/ホテルのタベ/ ..... 6  
ノルディックウォーキング/編集後記

気持ちも新たに  
希望に燃える春

奈良市佐保川(川路桜)

写真 藤岡 政和氏(会員) 提供

silver



定時総会の案内

令和6年度シルバー人材センターの定時総会は、Web、デジタルツールを活用して開催する予定です。

試行初年度となる今回は、役員出席の下、センター会議室で総会を開催し、その模様をWebで会員の皆さまが視聴できる環境を整えます。また総会の成立を図るため、定款第20条の規定に基づき書面による議決権の行使を認めて開催します。

視聴環境では決議を諮ることは困難であると予想しておりますので、必ず委任状または議決権行使書を出してください。

コロナ禍を経て、リモート会議・研修等が日常的に行われるようになった社会への対応は、早期に試行しておくべきであると考えておりますのでよろしくお願いたします。

- 日時：令和6年5月31日(金) 午後1時30分
- 案件：令和5年度事業報告、決算承認、役員選任、令和6年度事業計画、収支予算の報告等

委任状、議決権行使書の提出は、5月27日(月)までとしますが早目の提出をお願いします。

第二弾

事務局スタッフの  
思いと意気込み!!

- ①入職一年目。印象に残ったこと。
- ②現在の担当業務と目標
- ③会員さん(シニア世代)の印象。
- ④現在の関心事
- ⑤自分を何かに例えると?
- ⑥趣味・特技など。

前回に引き続き事務局スタッフの思いと意気込みを伺いました

経理のスーパーウーマン松本さんと、昨年6月入職のフレッシュな花房さんが、協力し合いながら、漫才コンビのように楽しく仕事をしているのを微笑ましくも頼もしく思っています。総務・経理の仕事は目立たないかもしれませんが、実はセンターの縁の下の力持ち的な存在で、今後も二人には成長していただけることを期待しています。



常務理事 宮野 正

経理の達人 目指します

花房祐紀

- 1 令和5年入職。2か月目に、普及啓発イベント「阪神タイガースOB真弓明信さんのトークショー」の司会進行役を担当しました。大勢の人の前で話したり、トークショーの進行などは初体験。事前準備してチャレンジしたことは貴重な経験になりました。
- 2 経理。今は師匠の松本さんにいろいろと教えていただきながら、業務にあたっています。1日でも早く自分の力で経理業務を進められるようにしたいです。
- 3 パワフル。どんな時でもいつでも元気という印象があります。
- 4 お天気。異常気象など。
- 5 ギョウギョウ。身長とゆったりしているところが似ている!?
- 6 いろんな種類のお茶を試すこと。

迅速・正確をモットーに

松本一美

- 1 令和2年入職と同時に新経理システムに移行したため、直接システム会社に電話対応で指導を受けることに。結果、仕事の大変さよりも新システムに興味津々でした。
- 2 日々の入出金業務から総会(議案書)提出の決算書作成、職員の給与、社会保険などの経理・総務を担当。
- 3 多種多様なお仕事に就業され、活躍されていることに勇気をもらっています。
- 4 デジタル化、AI化。
- 5 物事に執着がない。大空をふわりと流れている雲。
- 6 年末に意を決して大量の書籍を処分するも、手放せない数十冊が手元に…。残したからにはゆっくりと読み返す時間を生み出すつもりです。

青空を泳ぐ白いウジラの雲。花房職員の作品です。



# 普及啓発特別企画

## 桑原征平スペシャルトークショー

シルバー世代の強い味方として、毎年恒例の福祉文化会館での当センター普及啓発活動に3年連続登壇いただいている桑原征平氏によるトークイベントと、当センター紹介の啓発行事が3月2日に開催されました。

征平さんの今回のテーマは「外に出て人と会いましょう」。スピーディー



■プロフィール  
1944年生まれ、京都市出身。フリーアナ、種智院大学客員教授。関テレ時代は全国・関西を問わず、関テレの看板アナとして、情報・バラエティ番組を中心に活躍。現在は、ABCラジオ「桑原征平粋も甘いも」、「征平・吉弥の土曜も全開!!!」などに出演中で、お茶の間を賑わしています。

かつユニークなジョークを交えての講演は、聴く人を笑いで包み込み、自らが言わんとする方向へ上手に導いていました。よき年齢の取り方をしているシルバー人材センターの存在、それがいかに大切かということのアピールしていただきました。

トークショーのラストは、会場から飛び入り参加した3人とのディスカッション。ハラハラドキドキの楽しい時間となりました。講演会後のアンケート結果は、8人から入会希望の回答があり、成果大の啓発行事となりました。(橋本由紀子)

**大役を果たせました!!**

シルバー人材センターについて大勢の皆さまの前で説明し、総合司会をしたのは、初めての経験でした。皆さんに興味をもってもらえそうな仕事の話を中心に説明し、無事に終えることができました。(花房祐紀)

## 安威川ダム完成で新規受注業務

令和4年8月に完成した安威川ダムは、治水や流量調節など本来の目的に加えて、周辺の豊かな自然環境と湖を活用した観光レクリエーション拠点としての整備が進められています。「ダムパークいばきた」とネーミングされたこの地域は「山とまちをつなぐ「ハブ拠点」として、「日本一の吊り橋」やバンジージャンプ、ダム湖の展望スポットなど、様々な施設の建設が進められています。

そうした中、当センターでは「風の丘ゾーン」「ダム管理事務所」など施設内の維持管理や清掃業務を受注しました。近畿一円はもとより、全国から訪れる利用者に憩いと魅力を感じていただけるための、重要な役割が期待されます。

今後市からの信頼を積み重ね、就業機会の拡大を図っていくためにも皆さまのご協力をお願いします。(伊澤正喜)



造成中のダムパークいばきた

## 時代の先端行くe-sports体験会 高齢者に認知能力向上のプラス面

e-sportsという言葉、ご存じですか？ 簡単に言うと、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般を指す言葉で、世界的には大きく盛り上がっているそうです。国内でも話題になりつつあり、2月半ばのある日、J・COMのバックアップのもと、当センターを会場に、初めての試みとして「e-sports体験会」が開催されました。

参加者は、握力測定で協賛の第一生命の担当者が公園で呼び込みをかけたこともあり、定員の50人を超える盛況ぶり。普段の啓発活動と違って、一般市民の中には園児や小学生など幅広い世代が集まってくれました。

パズルゲームやアクションゲーム、その他多種多様なゲームを、J・COM担当者の指導で各自楽しんで、メインのレーシングゲームではタイムアタックの試合もあり、思い思いに楽しい時間を過ごしていました。

こうしたe-sportsは、高齢者にとって認知能力の向上や予防効果があると、厚生労働省から科学的根拠を示す資料が公開されています。また、当日の参加者から2人の入会申し込みがありました。(前田梨奈)



レーシングゲームに挑戦する参加者

## 新入会員フォローアップ研修会 シルバー力、身に着け各地へ

入会からまもない会員さんを対象に「会員力を磨く！」のテーマのもとセンター副理事長・池浦豊氏によるフォローアップのための研修会を開催しました。

内容はシルバー人材センターのしくみや、会員の一人ひとりが、センターの代表として活動することが如何に重要か、といったことがレクチャーされました。3月12日、19日の2日間で計50人の会員が受講しました。(伊澤正喜)

## 理事会だより

令和5年度最終の第5回理事会在3月22日にリモートで開催されました。

- ▼議案
    - 令和6年度事業計画(案)
    - 令和6年度収支予算(案)
  - ▼報告事項
    - 令和6年度定時総会の件
    - 役員意向調査、選任の件
    - 諸般の報告
    - 正会員入会の件
- 令和6年度に向け健康に留意し、日常の活動を取り戻しましょう(井川恵子)



今年度も実施!

### 甲子園年間シートで啓発

- ・熱いぜプロ野球・甲子園!
- ・熱いぜシルバー!

【甲子園観戦ペアチケットプレゼント抽選】



#### 昨年の観戦コメントから

センターホームページより抜粋

▼5月14日 VS 横浜ベイスターズ

甲子園球場に、ペアチケットを手  
に妻と二人で出かけました。猛打で  
完勝、球場は大盛り上がり! 銀傘の  
下の「ブリーズシート」は途中の雨  
にも濡れることなく快適で、六甲お  
ろしを何回も大きな声で歌いました。

▼6月28日 VS 中日ドラゴンズ

阪神は首位まであと一步と迫り球  
場全体が大変盛り上がりしていました。  
延長で敗れはしたものの引き締まっ  
たい試合でした。同行の友人も試  
合に満足し、このようなことのでき  
るシルバー人材センターに感心して  
おりました。入会を強く勧めておき  
ました。

甲子園球場で行われるタイガース公式戦のお二人様用チケットで、座席は「ブリーズシート」です。三塁側内野指定席。銀傘と言われている屋根の下。阪神ファン以外の方も観戦しやすい席です。ペアチケットなので、お友達などをお誘いあわせのうえ、観戦を楽しんでいただくとともに、未入会の方々にシルバーの魅力を伝えていただき、会員獲得につなげていただきますようお願いいたします。▼申込方法は送付済みの案内並びにホームページに詳細を掲載してあります!! (事務局)

今回、運よくプラチナチケットをゲットできた会員さんの甲子園観戦記を拝読。試合が始まると皆が友達のように一体となって声援を送り、球場は最高潮。勝ち負けに関わらず楽しく満足された様子が伺えます。啓発効果も期待できそう。



席は三塁側、銀傘の下の内野指定席で天候の心配もなく、クッションの背もたれ、ひじ掛けの付いた幅広のシートです。席の背もたれ後ろ側には「茨木市シルバー人材センター」のネームプレートが取り付けられ、アピールします。

(後藤政市)

### デジタル化に慣れていきましょう!!

これからの時代はスマホ、タブレット、パソコン等を利用した、

- ・ペーパーレス化
- ・インターネットでの各種予約
- ・オンライン研修

など、デジタル化が避けられません。昨年11月から今年2月までスマホ教室・相談会の講座を開催しました。参加者はプロの講師から、地図アプリやLINEの使い方、キャッシュレスなど様々な講座を受講しました。

アンケートでは分からないところが理解できてよかった、日ごろから操作して使いこなせるようになりたいといった積極的な声が多数ありました。



スマホ教室相談会



今後、PCやスマホを使って遠隔地にいる相手と対面での会話ができるシステム・アプリの紹介も行います。今年度の定時総会はZOOMを使って開催される予定です。

デジタル化の波に伴い、今後センターでも研修を多く開催していきます。デジタル化に不安のある方は是非参加してください。

(花房祐紀)

### 高齢者の健康講座 ・第三弾を開催!

体を動かすエネルギー源となる炭水化物、脂質、たんぱく質。この三大栄養素のうちタンパク質「プロテイン」をテーマに3月11日・19日、健康講座(参加者計60人)を開催しました。

筋肉増強をサポートするだけでなく、内臓、皮膚、毛髪など健康に欠かせない栄養素の一つで高齢者が摂取すると、「効率よく筋肉量をアップ」「骨粗鬆症の予防」などさまざまなメリットがあるそうです。



講座風景

- ・協力：(株)メイプル・ノービル鍼灸整骨院・紀陽食品(株)
- ・講師：菱谷祐美氏・(株)メイブ・ノービル鍼灸整骨院

(丸本宙)

### 子ども食堂だより

食堂利用者のご家族から大根とお菓子をいただきました写真。早速クリウムシチューと煮つけを作り、大変好評でした。



▼(株)ニールホーム代表取締役の玉枝浩明様から心のこもったご寄付をいただきました。  
▼茨木東ロータリークラブ様からお米券をいただきました。  
ありがとうございます。

(ボランティア・スタッフ一同)



安全・適正就業通信

事故「ゼロ」を目指そう

事故「ゼロ」を目指し、会員の安全就業と就業途上での交通事故防止の徹底を期すとともに、会員の健康管理意識の高揚を図ります。また、適正就業については法令を遵守し、安全確認や業務の適正化を推進します。

●会員の健康管理をしっかりと

自らの健康は自ら守ることを基本に、年1回は健康診断を受診するように、機関誌等を通じて呼びかけます。

●事故原因の究明、対策等

「安全はすべてに優先する」という志のもと、重大な傷害・賠償事故が発生した場合、緊急委員会等を開催し事故の原因を分析、再発防止策を講じます。

また、機関誌等を通じて事故の内容を周知し、会員への注意喚起を促します。

●安全就業への取り組み

7月の「安全就業強化月間」以外にも、安全・適正就業委員、安全就業推進委員及び事務局職員が安全パトロールを随時実施します。

●安全就業基準の徹底

就業現場のパトロールは、「安全就業基準」に基づき点検・指導を行います。改善が必要な場合には適切に指導を行います。

●適正就業の徹底

契約内容に基づき、業務の適正化を推進するとともに、是正すべき点、改善すべき点についてはそれぞれの適正化を進め、より良い就業環境の実現を図ります。

●安全・適正就業委員会の開催

安全・適正就業の取り組み及びその推進状況等について協議するため、必要に応じて委員会を開催します。

発生状況 (令和5年4月~令和6年2月)

①傷害事故

Table with 3 columns: 発生日, 性別・年齢, 事故発生状況. Contains 6 rows of injury accident details.

②賠償事故

Table with 3 columns: 発生日, 性別・年齢, 事故発生状況. Contains 4 rows of compensation accident details.

(伊澤正喜)

血圧測定 健康管理に役立てよう!

会員の皆様が日常的に血圧を測れるよう、当センター1階廊下にて自動血圧計を設置しました。...

(丸本宙)



玄関入ってすぐ(受付後ろ)

防寒対策用インナー ヒートベストの幹旋・助成

今年度、初めての試みとして、就業途上や屋外作業における防寒用ヒーター内蔵インナーヒートベストの購入幹旋・助成を行いました。

2月29日時点で締め切った今年度の購入者は、231人でした。

(事務局)

自転車の交通違反に反則金!

自転車による悪質な交通違反や事故の増加に伴い、防止を目的とした道路交通法改正案がこの3月に決定しました。...

除草・剪定作業 安全に従事するには?



講習を熱心に聞いている会員

枚方市シルバー人材センター 事務局長・植田健作氏にレクチャーいただきました。

茨木市シルバー人材センターで剪定・除草作業に関する安全講習会が行われました。作業中はもちろん、現場への行き帰りの事故を「ゼロ」にすることは、先輩たちが永年にわたって苦心、努力されてきた難しい課題です。...

(北原庸男)



皆さんの仲間  
(会員数)

3月31日現在	
男	1,060人
女	600人
計	1,660人

- 市内の地名よ！  
いくつ読めますか？
- ① 道祖本
  - ② 沢良宜西
  - ③ 宿久庄
  - ④ 粟生岩阪
  - ⑤ 耳原
  - ⑥ 生保

第37回クイズ



会員 浅川八重子



会員 徳山幸枝

絵手紙

ひろば



事務局体制(令和6年4月1日)

事務局長 飯倉 一史 事務局統括	事務局次長 大垣 真知子 事務局統括補佐・センター運営
常務理事 宮野 正 センター運営	

伊澤 正喜	公共業務
前田 梨奈	公共業務
丸本 宙	派遣業務・民間業務
山口 敦	就業コーディネーター・民間企業
新職員予定	除草・剪定・筆耕業務
新職員予定	福祉家事業・なんでも隊・視障子業務

総務担当	松本 一美	総務・総務・庶務の付帯業務
	花房 祐紀	総務・総務・庶務の付帯業務
	小西 昭	総務・総務・庶務の付帯業務

介護事業所	いきいき支えあいセンター	
	岡村 美紀子	管理者兼訪問事業責任者
	平松 都	訪問事業責任者

※センターの運営上、担当が変更になる場合があります。

事務局だより

ノルディックウォーキング教室

シニア世代の健康づくりのための教室を5月16日(木)に開催します。



〔場所〕センター前児童公園  
さくら通り

ホタルのタベ開催

例年大好評の「ホタルのタベ」を今年も開催します。期間は6月13日(木)から16日(日)までの

アマ落語で会員活躍

2月11日(祝)ローズWAMでプロの落語会があり、前座に本シルバー会員の廣楽亭元笑こと廣澤元一氏が出演しました。詰めかけた観客を笑いにまきこむ熱演に場内は拍手喝采でした。同氏はこれまでも当センターのフェスティバルや普及啓発企画にも出演されています。



会場を笑いに包むアマ落語家・廣澤元一さん

編集後記

当センターの広報誌には活動方針や普及啓発活動企画、就業についての安全・適正通信など、さまざまな情報が載っています。最近では、「紙媒体」だけでなく、「電子媒体」といわれるホームページやSNSなどから情報を得ることもできます。当センターでもホームページに情報がアップされていますので、一度のぞいてみてください。

先日、「終活」について専門家の話を聞く機会がありました。自分の過去を振り返り、整理し、これからの未来に向けて考える良い機会となりました。「終活」は、これからの過ごし方の目標のようなものかと思えました。

(土生潤子)

〒567-0861 茨木市東奈良一丁目4番1号  
電話 (072) 634-8990 代 FAX (072) 634-9449 E-mail: ibarakisk@tea.ocn.ne.jp  
URL https://webc.sjc.ne.jp/ibarakisk