

Vol.83
2026年7月発行
(公社)加賀市シルバー人材センター
7月1日現在会員数758人
(男性444人・女性314人)

シルバーだより カガ

題字 広報委員 池島美恵子　写真 東田利夫(写真クラブ)

理事長就任あいさつ



新理事長
西谷 外喜男

本年度の定時総会が加賀市文化会館で開催され、活発に活動し地域に貢献する当センターの理事長職に任命され本当に身の引き締まる思いであります。

さて、昨年度をふりかえりますと会員の減少傾向が続いていることや高齢化が進んでおりますが最低賃金の上昇などもあり、事業実績としてはほぼ前年度並みを維持しております。

しかしロシアのウクライナ侵攻や中東情勢の悪化などによる円安・エネルギー価格の高騰をはじめとする物価高などが進行しております。

こうした中ではありますが会員の皆様の豊富な知識、経験、技能を活かす場は広がるものと思っております。シルバー人材センターとしては会員の皆様が生き生きと活躍できるように全力で取り組んでまいりたいと考えております。

退任のあいさつ



前理事長
宮﨑 護

この度、第45回定時総会をもって理事長を退任させていただきました。

在任中は、会員の皆様に支えられ、役職員、センター関係者の皆様のご支援ご協力のもと、おかげさまでその任を果たすことができました。長い間お世話になり、誠にありがとうございました。

現在、定年延長や再雇用制度の普及などから会員数が減少傾向にあり、センターへの影響が懸念されていますが、今年度からセンター第6次中期計画がスタートします。

新計画の目標達成に向けて会員、役職員、関係者の皆様のご健勝ご活躍をご期待申し上げ、皆様の協力活動によるセンターの益々のご発展をお祈り申し上げて退任のご挨拶とさせていただきます。



センター運営に多大なご協力をいただいている 賛助会員の方々です

(株)ウエダ商事
(株)江沼チエン製作所
A・Bプライツ
(有)奥野モータース
(株)オリテック
加賀商工会議所
(有)カガ宣伝
加賀農業協同組合
社会福祉法人 加賀福祉会ケアハウス和
坂井精肉店
(有)三共農園加賀フルーツランド
(株)三和建設
医療法人社団 慈豊会久藤総合病院
神鋼環境メンテナンス(株)
(株)ソディック
竹内電気工事(株)
(株)第一設備商会
大同工業(株)
(株)大同テクノ
ダイド建設(株)
医療法人社団 長久会
社会福祉法人 長久福祉会
(株)月星製作所
社会福祉法人 篤豊会
社会福祉法人 南陽園
NISSHAビジネスサービス(株)
(株)はたせ
(株)ビー・エム北陸加賀支店
福井鋲螺(株)
(株)プロサポート
(株)丸八製茶場
三菱電機ビルソリューションズ(株)金沢支店
村田機械(株)加賀工場
(有)吉田燃設

(五十音順)

公益社団法人
加賀市シルバー人材センター

第45回 定時総会

第45回定時総会は5月30日㈮午後、加賀市文化会館で開催され、約150人の会員が一堂に会しました。宮崎護理事長が冒頭挨拶し、その後、永年にわたり就業し、センターの発展に寄与した会員に理事長から表彰状が授与されました。

来賓に山田利明市長及び山口忠志市議会議長を迎え、市長は「シルバー会員の皆さんが生き生きと社会参加されている姿は、地域全体の励みになっている。今後も、就業を通じて益々健康でご活躍されることを祈ります」と祝辞を述べました。





会議は、林久喜さんを議長に選出して議案審議が行われました。任期満了に伴う役員改選では、新任2人、再任12人、計14人が承認され、直後の理事会において、理事長に西谷外喜男氏、副理事長に北村谷文恵氏が新たに選任されました。また、令和7年度事業報告・決算、令和8年度事業計画・予算は、いずれも原案どおり可決、承認されました。

第19回 会員互助会総会

第19回定時総会は鹿野博志会長の開会挨拶の後、本年度に満80歳になる29名の会員が賀寿慶事として表彰されました。親睦会や研修会、同好会活動などが報告され、すべての議案が可決、承認されました。

新理事紹介



嶽野 一義 さん
（加賀商工会議所・専務理事）

この度、加賀シルバー人材センター第45回定時総会にて外部理事を拝命いたしました、嶽野一義と申します。

今回、初めて総会に出席させていただき、会員の皆様のエネルギッシュなお姿を拝見して、私自身もこのように素敵に歳を重ねていきたいと深く感銘を受けました。

もとより微力ではございますが、少しでも会員の皆様のお力になれるよう、誠心誠意、理事の職に邁進してまいる所存です。何卒、皆様のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



佃 章 さん
（動橋町在住）

この度、理事に就任しました佃章です。

当センターは人生100年時代を遊ぶ大人の青春の場です。会員の皆様が培った知恵や技術は地域を救う宝物。それを活かし定年のない現役として、安全に何よりワクワク輝ける舞台を全力で整えます。

若い世代に負けないシルバーの底力と弾ける笑顔で地域を一緒に盛り上げましょう。ご指導のほどよろしくお願いいたします。

会員表彰

永年会員表彰を受けられた
方々を代表して、
お三人の方からお言葉を
いただきました

会員になられて20年経過された方



小谷 清範 さん

この度は、永年会員表彰（20年）を頂戴いたしまして、誠にありがたく大変光栄に存じます。

このような受賞の機会を頂きましたことは、皆様方の深いご厚情の賜物と存じます。また当シルバー人材センターが市役所前の狭い事務所があった時に一会員となり、役員及び事業委員長をさせていただき、誠に有難う御座いました。

この度の永年会員の表彰を受けましたことを胸に、これからも一会員として微力ですがシルバー人材センターの発展に尽くして参りたいと存じます。

お礼のご挨拶とさせていただきます。

他5名が表彰されました

会員になられて10年経過された方



東出 勝美 さん

60歳で定年退職後、民間企業で夜間業務に携わっていました。夜間業務は身体的、精神的に疲労の連続でした。

幸いにも、シルバー人材センターの会員募集を知り入会、施設の管理業務を行っています。

定期的に医療機関にお世話になっておりますが、医師からは出来る限り、他人と話すことが大事と言われます。施設利用者を始め、多くの方々と話せることが何よりと思っています。

これからも健康第一に勤めてまいります。



以心伝心 森口 英子 さん

シルバー人材センターに登録後、何年か前に加賀市医療センターでの仕事を紹介していただき、働かせてもらっております。仕事の合間にはボランティア活動もしています。

大きな組織の中で誠心誠意を心がけ、自分の大好きな仕事をしながらどんな小さなことでも自分の心を伝え、揺るぎない信頼関係を作りたい、そんな思いで楽しく働いております。

また、組織の中での日常の礼儀作法等、絶えず緊張感の毎日ですが、廊下でお会いする時に「いつもありがとう」とスタッフの方からお声かけいただいた時は、心から感謝しております。

これからも楽しく働きたいと思います。よろしくお願いいたします。

他40名が表彰されました

標語優秀作品表彰

安全就業標語

◎最優秀作品

あと少し
焦る作業に
事故が待つ

田中 稔（大聖寺永町）

◎優秀作品

ベテランも
慣れと過信は
事故のもと

辻森 哲（山中温泉四十九院町）

健康増進標語

◎最優秀作品

健康は
家族みんなの
宝物

髙橋 一雄（塔尾町）

◎優秀作品

検診を
受けて早めに
備えする

田中 稔（大聖寺永町）

留学生との出逢い

細野　恵美子

「こんにちは」と深く頭を下げる人達。

かが交流プラザさくら4階で日本語を学ぶ専門学校アリス学園加賀校の留学生達です。午前の授業が終わり、交流プラザ正面のガーデニングの世話をするタイミングで出逢い、日本語で声掛けすると笑顔で答えてくれます。

アジアの暑い国から日本に来た留学生達にとって冬の寒さが厳しい！と聞いていたので親戚、姉弟、友達等に声を掛け、まずは家に眠っている防寒着・衣類・野菜等を提供して貰い、小さな支援を始めました。（お節介6年）

防寒着を着て「これ、ありがとうございました」と自転車を走らす男の子。こんな姿に弱い私は祖国のお母さんの一端を感じさせて貰い、しあわせ♡毎年100人近い留学生達にはまだまだ行き届きませんが、あとは先生達にお任せです。喜んでくれるのは間違いないので、これからも声掛け支援を続けられたらと思います。

私はシルバーのガーデニング作業を通してこの出逢いと元気を貰っている会員の一人です。







『日日、心掛けたいこと』

会員No.441

先日、町内の老人会で、音楽に合わせ、歌ったり、手足を右左逆の動きをさせ脳に刺激を与えたり、愉しさと共に心身の活性化につながる健康運動に参加しました。その折、先生が、健康長寿を維持する秘訣に心掛けたい一・十・百・千・万を目標とする話をされました。まずーは、「一日一善」。一日一回良いことを心掛けて過ごしましょう。十は、十人とお話しましょう。百は、一日百文字書きましょう。千は、千文字・本か新聞など読みましょう。万は、一日一万歩を目標に歩きましょう。とのことです。私は、現在公園の清掃管理業務で、体を動かし、利用者とも挨拶や世間話などを積極的に行っております。シルバー人材センターでの活動は、地域の方に喜ばれ、自分のためにもなる健康長寿活動だと思います。先の心がけを少なからず実践しているように思います。これからも、無理せず、続けていきたいと思っております。

互助会活動 ウォーキング倶楽部



我らシルバーTNG

今、こんな言葉に感銘を受けています。『人生死ぬまで暇つぶし』なぜか自然と心穏やかになりませんか！人は老化を重ねるにつれて動きが鈍くなり、身体を動かさなければサビつく感覚になる。楽しく生活するには何をすればよいのか自問しています。

私は、シルバーウォーキング倶楽部の代表を務めています駒野です。この度この倶楽部を紹介できる機会を得ました。現在5年目を迎え、35名の会員が所属しております。活動内容は、歩く距離は約4㎞前後です。基本的に4月から11月（8月は猛暑のため休み）の毎月第2土曜日に、また2月には新年度からの活動のウォーミングアップとしての健康運動を企画しております。特に実績としては、講師を招きウォーキングレッスン、リズムダンス、また体験として太極拳やヨガ、そして加賀市薙刀連盟のご協力を得ての薙刀演武の鑑賞会を行いました。また3月には一年の反省会を兼ねて食事会を開催しています。これらの活動を通じて会員同士の交流を深めて参りました。

先日、会員の皆様に印象に残る楽しかったことは何ですか？とアンケート調査をしたところ、

①花見コースの花見ランチが大変美味しかった。

②ウォーキング後のBBQで北海道産のサンマが絶品だった。

③前日に会員がこしらえたカレーを県民の森コースで食べたこと。

④加賀海岸国定公園散策コースでは、水平線と荒々しい白波、「長者屋敷」跡の由来ある奇岩を眺めながら、スッキリ爽やかなひと時でした。

このようなコメントを戴きました。（結論は、花より団子だった。）一番心配なことは、いくら体力がある人でも疲れると判断力が低下しミスを犯すものです。こんな時トラブルが発生しやすいので、自己の体調をよく把握してウォーキング活動に参加してほしいと願っています。

最後に、暇な時間こそ、楽しみを見つける良いチャンスであると思います。冒頭のTNGは『楽しく・仲良く・元気よく』の意味です。これはウォーキング倶楽部のキャッフレーズになっています。興味のある方は体験も行っていますので、お気軽にご参加ください。





安全適正就業委員会からのお知らせ



今年も6月から10月まで10回の安全パトロールが実施されます。基本的には、外での作業（剪定、草刈、草むしり等）が対象になっています。今年も昨年以上に暑く、酷暑になると気象庁が発表しています。安全第一が全てですので身体に異常を感じる前に休憩や水分を取るなどしてください。

また、安全委員会としては就業の際はケガや事故等を起こさないように準備し、責任をもって作業してください。お客様と事前に打ち合わせをし、お互いに作業内容の確認を行い、問題のないように心掛けて作業をしましょう。





今年度より「加賀いきいきシルバープラン２０２６」が始まります。今年度の傷害事故件数を７件以下、賠償事故件数を５件以下を目標として就業したく思います。

春季ボランティア活動



橋立（田尻バイパス）



山代（山代幹線市道）



山中（ぬくもり診療所周囲）



大聖寺（大聖寺忠霊塔）



動橋（動橋駅周辺）



片山津（宮地～地区会館）

センターでは 年２回各地区で清掃活動を行っています。ご協力いただきありがとうございました！



【あなたの作品を展示してみませんか？】

かが交流プラザさくら1階の「さくらアートギャラリー」では、作品を展示していただける方を募集しています。
写真、書道、絵画、イラスト、クラフト作品など、ジャンルは問いません。市民の皆さんならどなたでも出品できます。
毎月展示替えを行っており、新たな作品との出会いを心待ちにしています。6月にはシルバー人材センター写真クラブの力作が展示され、多くの来館者の目を楽しませました。
申し込みは、お気軽にシルバー人材センター事務局まで。

スマホ教室開催

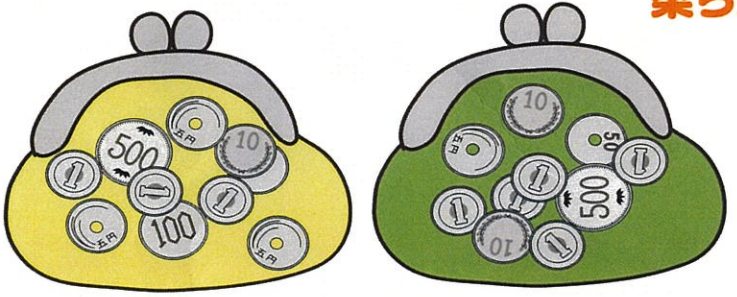


日　程	時　刻	内　容
7月31日(金)	13:30	入門(驚きの操作編)
8月17日(月)	13:30	基本(スマホの楽しみ方編)
9月30日(水)	13:30	防災/詐欺防止編
10月27日(火)	13:30	LINEマスター編

事前に電話で予約をお願いします
スマホを持っていなくてもOK
会員以外でも参加可
1コマだけから全部まで、日程は自由に選択
受講時間は休憩を含めて概ね2時間
内容は前年度と同じですが、再受講、大歓迎

頭の体操コーナー

2026.7月号クイズ
柔らか頭でやってみましょう



２つの財布に入っているお金の金額を数えどちらの財布に何円多く入っているか答えてください。

［　　］のほうが［　　］円多い

- 応募方法は、はがき または 窓口まで持参
- メール大歓迎（名前の記載を必ずお願いします）
- 正解者の中から抽選で当選された方に、**200ポイント**を付与

事務局だより4月号の解答　かざぐるま

締め切り 7月31日(金)

スマスマ相談

お困りでないですか?

スマホを買い替えた
↓↓↓
画面にあったスマイル･トゥ･スマイルのマークが消えた!



ご安心ください。登録したIDとパスワードは失われていません。パスワードは、忘れても再度登録できます。

事務局まで、お気軽にご相談ください。

公益社団法人 加賀市シルバー人材センター
石川県加賀市大聖寺八間道65番地「かが交流プラザさくら」
TEL(0761)73-2456　e-mail : kaga@sjc.ne.jp