

還流

公益社団法人
加古川市シルバー人材センター

〒675-0067
加古川市加古川町河原453-15

TEL 079-421-1207(代)

FAX 079-421-4141

Web <https://webc.sjc.ne.jp/kakogawa-sc/>

E-mail kakogawa_s.c@sjc.ne.jp

会員数 1,342人(男:926人/女:416人)(12月1日現在)



2024年1月1日発行 第

83号



ふれあいフェスティバル 餅つき大会

もくじ

新春あいさつ	2	親睦バス旅行	5
ふれあいフェスティバル	3	たんぽぽ保育園	6
健康教室	4	カメラ・ルポ	7
ハマっています	4	頭の体操	8
スマホ講習会	5	お知らせ	8

新春あいさつ



理事長 市村 裕幸

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様には、健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中は、各分野での就業にご精励いただくとともに、当センター事業にご協力いただき、誠にありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、プロ野球では阪神タイガースが18年ぶりに「アレ」を達成し、更に日本一にもなりました。阪神タイガースがリーグ優勝すれば景気が良くなるとも言われております。また今年は辰年です。竜が天に上るがごとく日本経済が大きく飛躍することを期待しております。

一方、全国のシルバー人材センターは、世界情勢の不安定化や物価高などの影響を大きく受けるとともに、高年齢者雇用安定法改正、インボイス制度施行、フリーランス新法成立など激しい変革の渦の中にあり、厳しい状況が続いております。また DX（デジタルトランスフォーメーション）の流れは、シルバー人材センターにも押し寄せて来ております。これらの大きな環境変化は、場合によってはシルバー人材センターの枠組みをも変えかねないものであり、従来とは全く違う視点と取り組みが求められているように思います。

そのような中で、加古川市シルバー人材センターは、昨秋に加古川市とゼロカーボンパートナー協定を締結いたしました。ゼロカーボン社会の実現に向けて取り組むとともに、従来以上にSDGsの推進に努めて参ります。当センターも不惑の年を過ぎました。惑わず冷静に社会を見つめ、社会の変化に対応し、「自主・自立、共働・共助」の基本理念の下で、誰もがいくつになっても活躍できる社会の実現と地域社会の発展、そして就業意欲のある高齢者の皆様の受け皿としての役割を果たしていかなければならないと考えております。皆様の更なるご理解、ご協力をお願いいたします。

結びになりますが、新しい年が、皆様とご家族にとって健やかで充実した一年になり、幸福に満ちた日々が続くことをご祈念申し上げまして、新年のあいさつといたします。



加古川市長 岡田 康裕

あけましておめでとうございます。

加古川市シルバー人材センターの役員並びに会員の皆様におかれましては、新春をご健勝にてお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、平素より市政各般、とりわけ本市の高齢者の雇用促進に多大なるご尽力を賜り、厚くお礼申し上げます。

貴センターにおかれましては、長年にわたり高齢者の希望に応じた就業の機会を提供されるとともに、高齢者活用・現役世代雇用サポート事業をはじめ、子育て支援、高齢者の見守り、介護予防など現役世代を支える事業も展開されるなど、高齢者の生きがいの充実にお力添えをいただいておりますことに、深く感謝申し上げます。

さて、昨年は新型コロナウイルス感染症の位置付けが5類感染症へと移行され、経済活動や雇用情勢に回復の兆しが見られ、またWBCでの侍ジャパンの活躍をはじめ様々な国際大会を舞台に日本選手勢が奮闘、活躍した姿は我々を大いに勇気づけてくれました。

しかし一方で、ウクライナや中東情勢など、国際情勢は依然として先行きの見えない状況にあり、長引く物価やエネルギー価格の高騰は、社会経済や国民生活に多大な影響を及ぼしています。

このような不透明な社会情勢ではありますが、物質的な豊かさのみならず人と人との繋がり、地域における助け合いや支え合いをさらに深めることにより、心の豊かさを高めていきたいと考えております。

貴センターにおかれましては、ボランティア活動をはじめとする高齢者の社会への参画を着実に展開され、高齢者が地域を支える、活力ある地域社会づくりに大いに寄与いただいております。本市といたしましても貴センターの運営を積極的に支援してまいりますので、会員の皆様におかれましては、永年培ってこられた知識や経験を生かされ、一層広く社会に参加・貢献していただき、本市のまちづくりに引き続きお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びになりますが、貴センターの益々のご発展と、新しい年が皆様にとって素晴らしい1年になりますことをお祈り申し上げ、挨拶といたします。

シルバーふれあいフェスティバル 2023

令和5年10月28日(土)に神野事業所にて行われました。新しい場所での開催となりましたが、おおよそ200名の参加者で賑わい、いろいろな催し物に子供達も加わり3世代で盛りあがりました。

パンたん餅つき大会



よしよ!



おいしい!

ぜんざいの試食

手彫り将棋駒

めだかすくい



にげないぞ〜



なつかしいだるま落とし

駄菓子つかみ取り



何が入っているかな〜?



むかし遊び
(けん玉・こま・だるま落とし等)



石やきいも



人気のパン



7千健康フェア

とみこさんの 健康教室

保健師
有馬 富子



【番外編】

とみこさんが講師を務めるヨガ教室を
2回にわたって紹介します。

ヨガ簡単ストレッチ

ヨガの呼吸法を取り入れた簡単ストレッチ体操です。筋肉が柔らかくなり体がスムーズに動くようになります。また、ヨガの呼吸法で肺が強くなり免疫力も上がります。

みんなで声を出して数えながら楽しい雰囲気で行っています。体の仕組みやその時にしている体操は体のどこの部分に効いているか、解説しながら体操をします。体に不調を感じる方、一度ヨガを体験してみたい方はいかがでしょうか。



体験者の声



- ・体力づくりのために始めました。体が柔らかくなり動かしやすくなりました。
- ・アットホームな雰囲気で参加しやすかったです。みんなで集まってヨガをするのがとても楽しみです。
- ・ヨガってもっと難しいと思っていたけど、意外とできました。



シリーズ

ハマっています

「ソフトボール」フレンドリークラブ 斉藤 武仁

会費について • 入会金1,000円 • 月額会費500円 (傷害保険金含む)

週1回金曜日の9時～11時、シルバー本部事務所の土手を挟んで向かい側の河川敷でソフトボールの練習をしています。60代～80代(最年長84歳)の高校生かな?と思うような元気な16人程のメンバーで楽しく活動中です。

そして、現在フレンドリークラブではソフトボール仲間を募集しています。一度見学に来てみてください。河川敷なので周りから気兼ねなくのぞいてもらって構いません。経験・未経験は問いません。みんなで楽しく体を動かしませんか?





スマホ講習会を終えて

盛山 房子

10月21日(土)に高校生に教わるスマホ講習会がありました。4つのグループに分かれて①LINE②メール③フェイスブック④画像の各々のグループに1人高校生がついてくれました。私はメールのグループに参加しました。

私自身聞きたい事が3つあり

- ・受信したメールを保存するには
- ・メールに送られてきたQRコードをどうやってLINE登録するのか
- ・スクショ(スクリーンショット)の仕方でした。



メールの保存は、教えてもらっても行方不明になってしまった結果にはなりませんでしたが、スクショを教えてもらったなら、メールの内容を写真に残しておく事で解決できました。そして、LINE登録もメールに来たQRコードをスクショして、LINEで呼び出して登録完了しました。スクショ恐るべし!!



他のグループも早々と聞きたい事が解決したようです。

それから教えて下さった高校生達は素直で可愛い子ばかりでした。

現代っ子は質問された事を素早くググって(グーグル検索して)教えてくれるんですよ～。

親睦バス旅行



11月23日(木)、24日(金)の2日間にわたり淡路島へ日帰りバス旅行に行ってきました。4年ぶりということもあり、久しぶりの親睦バス旅行を楽しまれていました。



元気に出発です!



本福寺水御堂 参拝
さすが安藤建築というような寺院でした。

うずしお温泉うめ丸 お昼ご飯
新鮮な鯛の活造りコースに舌鼓を打ちました。

たんぽぽ保育園

保育園裏の畑のさつまいも みんなで「おいもはどこかな？」
おいもは、ホットプレートで焼き芋にして食べました。



貸し切りのマイクロバスに乗って大喜び。
生まれて初めての遠足です。先生や友達
と一緒に楽しかったね。



ママの手作りお弁当を頂きました。
姫路動物園で、豊かな経験ができました。



日岡山公園にどんぐり拾いに行きました。
クヌギのおおきなどんぐりをいっぱい持ち帰りました。



カメラ。

カメラのレンズとフィルムをイメージしたイラスト。レンズは黄色いカメラのレンズで、フィルムは黒いフィルムで黄色い文字「ル」と「ポ」が写っています。



ゼロカーボンパートナー証贈呈式



スマホ講習会



トライやる(生垣の剪定)



川西・志方地区親睦会



ボウリング大会



通行量調査



兵庫県シルバーフェスティバル
(神戸市)



野口地区親睦会

孫と私



黒田 美彌子さん



稲田 初男さん



福田 洋子さん



柏原 千恵子さん



酒井 将二さん

お知らせ

配分金支払日

作業した月		振込の日	
令和6年	1月分	令和6年	2月22日
	2月分		3月25日
	3月分		4月25日
	4月分		5月24日
	5月分		6月25日
	6月分		7月25日
	7月分		8月23日

※配分金支払の基礎は、会員の皆様が提出される就業報告です。就業報告書は、会員各自が責任をもって記入し、作業完了直後または、月初めのセンター3営業日までに本部事務所か神野事業所へご提出ください。(FAX可、郵送の場合は毎月3日消印有効)

入会説明会・入会受付日 神野事業所

毎月 神野事業所で
第2水曜日▶入会説明会
第3水曜日▶入会受付を行います

※予定は変更になることもありますので、あらかじめご確認ください。
※加古川市内にお住まいの60歳以上で「健康で働く意欲」のある方募集中。
※特に女性の方の入会を歓迎します。

加古川観光大使の 上野樹里さんがデザイン作製

(公社)加古川市シルバー人材センターは加古川市とゼロカーボンパートナー協定を締結し、市域の脱炭素化に向けた取り組みを実施しています。



「還流」第83号

頭の体操

加古川市シルバークイズ

【ヒント】

配布物をよく読んでみてね!

○部分を答えてご応募ください。正解者の中から抽選で10名様に図書カードプレゼント!【締め切り:2月29日】提出先は本部事務所まで(郵送・FAX可)

- ①シルバーふれあいフェスティバル2023が令和5年10月○日開催されました
- ②4年ぶりの親睦バス旅行、行先は○路島
- ③ゼロカーボンパートナーのロゴは加古川観光大使の上○樹里さんがデザインした
- ④2024年の干支は「○」
- ⑤定期就業相談会2月は○日と27日本部事務所
で14:00~16:00(予約優先20分程度)

「還流」第82号 頭の体操

答え:①8 ②焦 ③84 ④10 ⑤本部

■正解した井内暁美さま外6名の方に図書カードをお送りしました。



予定表 生きてく明日の 道しるべ
..... 滝 寿美
年老いて 笑顔に勝る くすりなし
..... 西川 美千子

加古川市へ 要望書提出

令和5年8月31日(木)
加古川市へ、更なる支援を
要望しました。



SDGs未来都市
かこがわ



(公社)加古川市シルバー人材センターはSDGsを推進しています。

業務提携による会員割引のお知らせ

加古川市内の民間事業者様のご厚意で、会員証を提示すると割引等の特典を受けることができます。その一部をご紹介します。ほかの事業所もありますので、当センターホームページで閲覧してください。

有限会社 陣屋

加古川市加古川町寺家町315

TEL 079-422-0277

営業時間 10:00~18:00/定休日 木曜日

会員証提示で **30%割引**
店頭上代価格より (一部除外品有)



編集後記



新年あけましておめでとうございます。皆様お元気で新年をお迎えのことと存じます。

さて、今回の還流3ページで掲載した10月のシルバーふれあいフェスティバルでは、餅つき、焼き芋、めだかすくい、昔遊びの伝承コーナー、駄菓子をつかみ取りなど、世代間交流の場となり、会員の皆様の笑顔いっぱいの笑い声があり、若返りの1日になりました。この素敵な笑顔が届くよう、編集に力を入れ、ほっこり気分にお誘います。

なお、表紙の「龍」の文字は高尾 俊雄さんの書です。笑顔いっぱいの還流を今年もよろしくお祈りします。

広報委員