

シルバー北見

137号
2022

令和4年9月25日発行 ■(公社)北見市シルバー人材センター広報委員会 〒090-0836 北見市東三輪5丁目1-16 ☎0157-23-6000



第33回奉仕活動 『丁寧な仕事ぶりがモットー』

写真提供 柳田 隆一さん

●会員登録数

単位：人

	6 月			7 月			8 月		
	入 会	退 会	月末現在	入 会	退 会	月末現在	入 会	退 会	月末現在
男	11	0	539	1	1	539	2	2	539
女	2	1	181	1	2	180	1	1	180
計	13	1	720	2	3	719	3	3	719

働くよろこび、社会参加の輪を広げよう

シルバー人材センターについて 看護専門学校生が受講 中事務局長が講義



去る6月7日(火) 9時から、北見医師会看護専門学校生が当センターの講義を受けた。

これは地域在宅看護論の実習の一環で、通常は病院での実習だが、今年から取り入れられたとのこと。

他に、子ども支援センターや商工会議所・市役所なども訪問するそうだ。

この日訪れた第1グループは、男子1名含む8名が、講師役の中事務局長からシルバー人材センターの仕組みや役割、会員の活躍の様子などの説明を受けた。次にパンフレットに基づいた説明を聞き、続いて「浦島太郎のその後」のビデオを見た。爺様になった太郎がシルバーで仕事に就き生き甲斐を感じるまでなことだが、生徒にも分かりやすかったと思う。沿革の説明で

は、当時の時代背景が色々と思いきこされた。

後半は、4グループに分かれ、オプザーバー参加のシルバー会員に生徒から直接質問があり、高齢者の現状をはじめ、生き甲斐や趣味など、つぶさに聞き取っていた。

がんばれ！明日の看護師諸君。(尚、第2グループの生徒たちは6月9日、同様の講義を受けた)



中事務局長の説明を聞く生徒たち

北見ことぶき 大学で講演行こう!!

シルバー人材センター中事務局長の、出前講義が去る6月16日(木)芸文ホールで行われた。

生徒は「北見ことぶき大学」の皆さんで、会場には130名ほどが出席していた。折よく同じ広報委員の田中氏も参加していて、色々話を聞くことが出来た。田中氏は、学生である49期生の名札をさげていた。入学2年目なので50年以上の歴史がある大学ということになる。

60歳以上からの入学で、生き甲斐のある人生、地域づくりを目指し、現在200名ほどが在籍、卒業生2600名余りになる。大学・大学院の6年間で、講義や部活動、行事や自治会活動がある。身近な食や健康、産業などの講義を年間十数回受け修了資格が出るという。

他に大学祭や修学旅行、運動会などの行事や専門活動もある

とのこと。

中事務局長による出前講義は、スクリーン画面を用いながらシルバー人材センターの組織や役割、今後の課題などの説明を行った。北見シルバーセンターの会員数が、一時期より少なくなったとは言え、720名を超えることや契約金額が4億2千万円を超えるなど、道内でも高位にある規模に感心していたのが印象深かった。

シルバー人材センターの目的でもある社会参加や生きがいづくりは、ことぶき大学と相通ずるものがあり、出席した学生たちも共感を受けたようだ。

質疑応答では難解な質問に、スマートな受け答えの「中先生」に会場から拍手が沸き起こっていた。



(上)中事務局長 (下)受講生

令和4年度 第2回 安全委員会を開催

『安全はすべてに優先する』をモットーにパトロールも実施

シルバー人材センターの今年度2回目の安全委員会が、7月11日に開催された。

今年度も、すでに5月に傷害事故が1件発生し、また6月には飛び石に依る物損事故が発生している。

これらを念頭に、更なる安全意識を徹底することを確認した。また、普及啓蒙を目的に募集していた、安全標語の審査も行われ、下記の作品が選ばれた。

そのあと安全委員会の皆さんとセンター職員の併せて12名が、北見、留辺蘂、常呂とに分かれて、作業現場視察と安全指導のため出発した。

高栄団地周辺の草刈り現場では、数名の会員が作業中だった。到着した安全委員は巡回（安全指導）記録簿を片手に防護具の

装着や防護ネットの使用状況などをチェックした。

また、末広町の剪定作業の現場では、過去に熱中症になり苦労した話題も出て、定期的に休

憩を挟み、水分補給を十分に取ることなどの注意を喚起した。

常呂町の川沿小学校のプール管理の現場視察ではビニールハウス内のプールとあって、熱中症対策の一つで水筒の準備がなされていたのに感心した。

また、プール内は滑りやすいため、対策として滑りにくい靴をはいて作業に当たっていた。各現場とも、事故防止を念頭に安全就業に努めていた。

令和4年度

安全就業推進標語 審査結果

最優秀賞 西澤 憲捷さん
慣れを抜くな 慣れた仕事も 終わるまで

優秀賞 岩田 恵子さん

慣れと油断のその一瞬 気を抜く作業に潜む事故

優秀賞 高橋 誠さん

安全は 日頃の注意の積み重ね

みんなで目指そうゼロ災害

優秀賞 南保 稔さん

あと少し あせる気持ちちが 事故のもと

交通安全講習会開く

令和4年度の交通安全講習会が7月23日、サンライフ北見にて開催された。幼稚園バスの運転業務に派遣で従事する会員22名が参加した。

北見市交通安全協会の北村浩一様を講師に進められた。

安全運転も健康管理から。テーマに、①アルコールは適量に ②睡眠は十分に（7時間以上） ③加齢より身体能力が低下するので、足腰等の筋力アップに心掛けるなど、安全運転のための注意事項を教わった。

今年4月より、5台以上所有する事業所等（センターも対象）は、運転前後の目視での酒気帯び有無確認と記録保存が、またこの10月からは、アルコール検知器での確認が義務化される。

シルバーセンターでは75歳以上で運転業務に従事する人は、免許更新時の認知機能検査や高齢者講習を受けた結果を事務所へ提出し、年1回の適性診断や交通安全講習会の受講が義務となっている。

『各種講習会』開催される 安全と技術の向上をめざして

【清掃作業講習会】

4月下旬、サンライフ北見を会場に、「清掃作業講習会」が開催された。

講師は山田茂夫氏。清掃会社で長年実務に携わり、卓越した技術を身に付けている。現在、当センターの会員でもあり、安全委員にも任命されている。

会では、主に一般家庭やアパートにおける清掃のポイントについて指導がなされた。台所、風呂、トイレなど清掃する箇所によって、使用する洗剤(薬剤)に気を付けること。とくに、塩



丁寧に講話する山田氏

素系とアルカリ系を間違っ使用しないこと。さらに、使用すると便利な道具の説明もあった。

安全の面では、窓ガラスの清掃など高所作業で、脚立や梯子を使用する場合、足場や天板に油など付いていないか必ず点検すること。必要に応じて、防護メガネやマスクを使用すること。薬品や用具類を置くときは、「養生シート」を敷くことなど詳細な説明がなされた。

その後、参加者は、会場内のトイレとガラスみがきを行い、早速学びを生かしていた。



実技中の会員さん

【剪定作業講習会】

7月1日(金) 中央三輪にある一般家庭を会場に「剪定講習会」が、会員18名の参加をえて、開催された。

初めに、中事務局長から、安全に留意すること、また暑さによる体調管理の徹底をすることの挨拶が行われた。さらに、先日まで入院加療に努めていた会の代表、岡村松夫さんも顔を出し「入院中も剪定班の皆さんの活躍の様子を聞いていました。退院した日に、6月に剪定ボランティアで実施したやすらぎ苑を見に行ってきました。」と挨拶していた。



久しぶりに会員と談笑する岡村代表

講習場所は敷地が広く、庭も数カ所に分かれ、木の種類も多い。この日の講習会は、全くの新人がいなかったため、参加者はそれぞれ一斉に目的の箇所に行き、熱心に作業にあたっていた。シンパクの剪定を始めた樋山さんに話を聴くことができた。「剪定の時期としては、お盆過ぎが好ましいとされています。アカマツやシンパクは、強い小さい芽を残し、全体のバランスを考えながら、ハサミを入れます。適度な隙間を残していくことが大事です。」と話してくれた。



ベテラン会員同士の技術交流も行われました…



フロアクリーニング講習の講習が、6月9日(木) 9時からサ
ンライフ研修室であった。

川原主任の進行で、中事務局
長の挨拶の後、会員でもある講
師役の山田茂夫氏が講義と実技
指導を行った。

山田講師は東京美装で38年間、
様々な仕事をされて来た方で、
他の人がやりたがらない仕事も
進んで引き受けてきた老練者だ。
ビルの窓をゴンドラを使わず三
段梯子を屋上からぶら下げ、命
綱を付けて清掃したこともあつ
たそうだ。

仕事をする上で次の事柄が最
も大事であるとの話があつた。
☆グループで仕事をするので
リーダー的な人は、自分の主張を
通さない、威張らない、仲良く協
力する事が大切、耳の遠い人や物
忘れする人もいるので怒鳴らず、

大きな声で重ねて教えること…。

この日は女性2名含む8名の
参加者があつて、洗剤を撒いてか
らモップで拭き終わるまでを、手
順を追って丁寧な指導がされた。
ポリッシャーを動かす実技で

は、男性顔負けの技術を披露する
女性もいて、大変褒められていた。
初心者も、時間とともに上手
に扱えるようになっていった。

参加した会員の一人は「今年
初めてシルバーの会員になりま
した。何か仕事をしようと思い
この講習会に参加しました。」と
述べ、また別の会員は「家の掃
除をする時のコツなどを学べる
のではないか、と思い勉強に来
ました。」など様々な動機で参加
していた。



事務局長と受講生・実技指導



今年の刈り払い機講習会は、
6月14日(火) 9時から工業大
学前のハイテクパークを会場に
行われた。

この日は朝から良く晴れて、
養生用のブルーシートが眩しい
くらいの強い日差しのおかげ、
早々と全員が揃った。定刻にな
り、中事務局長の挨拶があり、
柳田次長や南保主任の段取りで
講習会が始まった。

最初に、刈り払い機の取り扱
いについて長谷川機械の社長に
指導を受けた。

まず、エンジンの掛け方や刃
の取り換えなど、基本的な動作
などの説明があつた。今のエン
ジンは排ガス規制に沿ったもの
で燃料の比率もガソリン50とオ
イル1の混合とのこと…その変
化に驚いた。

続いて、実技指導を、会員の

伊藤功三さんが講師となり指導
を行った。

伊藤さんは、元々伐採や草刈
りなどの事業をされていて、数
年前に会員になってから2回目
の講師役を引き受けてくれたと
のこと。

実技指導は会場を少し離れた
草地へ移動して行われた。

☆エンジン始動は必ず下に置い
てから、暖機は数分、機械は軽
く持つ、猫背にならない、草の
密集地は回転を少し上げる、刃
は地面と水平に、右から左へな
どの説明が行われた。

その後、それぞれが指導を受
けながら、刈り払いを実践して
いった。



機械の説明・実技指導

行われる

拾いに汗する

参加 令和4年6月26日(日)



13回目の奉仕活動に参加して 宮本 勇(3地区3班)

第33回シルバーの奉仕活動に今年も参加した。私が初めて参加したのは会員になったその年からで、以後、毎年欠かさず参加し、今回が13回目になる。今年は大変に恵まれ過ぎて、気温30度超えの炎天下での奉仕活動となった。

私たちの3地区3班の14名は、火バサミと、ごみ入れ用の袋を持って緑ヶ丘霊園を出て、美山小学校までの道路沿いのゴミ拾いに精を出した。道路の左右に分かれて歩道を中心にゴミを拾いながら進んだ。例年、ペットボトルや空カン、タバコの吸い殻などが多く見られるのだが、今年は、それらは少なく感じた。代わって、マスクが結構落ちていくのが気になった。コロナ禍の影響と思われる。

作業の途中には日陰に入るなど、暑さをしのぎながらのゴミ収集だった。例年、この奉仕活動の後、慰労を兼ねて焼肉を実施するのが、我が班の恒例になっている。しかし、昨年、今年と中止にした。会員の中には奉仕活動の後のコミュニケーションを楽しみにしている人も多い。折からのコロナ禍では止むを得ない。来年こそは、コロナも収まって飲ニケーションも楽しみたい。



第33回 シルバー奉仕活動

真夏日のゴミ

北見エリアで会員の56.9%が



熱中症に注意が必要だ。それにしても、絶対過ぎる清掃日和だ。丸銭理事の挨拶のあと、各班ごとに分かれ、それぞれの清掃場所に散っていった。自分は無縁墓地エリアを担当。4〜500基はあるだろう無縁墓石の周辺は、雑草や小さな木の根が我が物顔で伸びていた。それを持参した鎌で取り除き、ビニール袋に雑草、落ち葉、小枝、などに分別していった。

昨年に比べ、ペットボトルや、プラスチックゴミが目に入る今年・・・最近よく耳にする、海洋汚染にもつながるこれらのゴミを落とさず、市民一人一人が気を付けて、綺麗な環境、綺麗な緑ヶ丘霊園にしたいものだ。

ここ緑ヶ丘霊園の頂上は、市内が一望出来るチョットした憩いの場所だ。我が4地区は、会員の関心も高く、例年高い参加率を誇っている。今年も70%近い参加者があり、ちょっと誇らしく思った。



奉仕活動に参加して

浅井 捷二（4地区4班）

朝8時過ぎに集合場所である緑ヶ丘霊園へ。『早い』!! 8時50分集合なのに、もう30人ほどが集まっていた。

初夏の日差しが照り付け、予報では32度。マスクを付けての作業は



新シリーズ
「座右の銘」
第7回 もく

人生を支えた言葉

「まごころ」

7地区理事 前田 邦男さん

6月中旬、サンライフ北見で理事の前田邦男さんにお話を伺いました。

炭鉱が原点

初対面でしたので、前田さんは、「名刺」を差し出されました。そこには、次の4つの肩書が記されていました。

- ◎北見市交通指導員支部長
- ◎北弘書道塾長（弘峰）
- ◎家庭剪定
- ◎二級介護ヘルパー



前田 邦男さん

前田さんは、昭和20年、赤平市に生まれました。学校卒業後、調理師を志し、釧路で3年修業を積みましたが、父も兄も炭鉱で働いていた影響もあり、当時の「釧路太平洋炭鉱」に転職しました。

通信制で学ぶ

昭和44年、日本が好景気の波に乗っていた頃です。太平洋の海底6メートルから、石炭を掘り出します。いつも危険と隣り合わせですが、そんな日々の中でも、向学心に燃え、有朋高校に入学します。

通信制の高校で、自学自習は苦勞の連続でしたが、見事に卒業を果たしました。さらに、秋田大学の電気科に進みました。ここも、働きながら学ぶ「通信制」を利用しました。仕事上、どうしても必要な知識を得たかったから



です。この時、先輩の支えがとても力になったと振り返ります。

不断の努力で、大学卒業の資格も得て、炭鉱の事務局長に就任することになります。炭鉱で働く約800人の従業員のため、物資の分配や給料の賃上げなど先頭に立って、交渉にあたりました。その時得た「高給」が、今の「年金額」にも反映され、当時の仲間からも、感謝されていると言います。

釧路から北見へ

30年間、努めた炭鉱を退職し、持ち前の器用さで「書道塾」を開きました。小学生からお年寄りまで20名以上に教えていました。また、ボーイスカウトで各種のボランティア活動に携わりました。

その後、親類の叔母が、北見の真言宗のお寺で尼さんをして

いたという縁で、北見に移住することにになりました。

会員になってよかった

北見に来て、元来の子ども好き。そして、困っている人をほっておけない性格で、書を教えたりボーイスカウトの活動を支えたりしますが、金銭トラブル等を目の当たりにし、責任を取って活動を自粛せざるを得ない状況にもなりました。

ちょうどその時、シルバーの会員になりました。加入してから、もう10年以上が過ぎました。選定作業や介護の仕事に携わり、永年継続表彰も受けました。

今は、理事、地区長、班長と3つの役を兼ねています。会員同士の交流を、炭鉱時代に培った調整力と、まごころで円滑に推進しています。

また、奥さんも現役で働いているため、調理師時代の経験を活かし、夕飯作りにも腕を振るう毎日です。

北見シルバー人材センターは、職員が明るく親切で好きだと、話を締めくくってくださいました。

第20回 互助会パークゴルフ大会



小雨の中 熱戦を繰り広げる

令和4年度の互助会主催第24回パークゴルフ大会が、7月17日(日)北見市端野グリーンクアパークゴルフ場にて、総勢36名(男性29、女性7)の会員が集い開催された。

昨年は猛暑の中での大会だったが、今年は小雨模様で気温も低い朝となった。

十河互助会会長の挨拶で開会式が始まった。

「昨年とは、うって変わったの天気となりました。体調を気使い無理せず、楽しんでください。」

今回は一部にコースコンディションが良くないところがあり、A、Bコース二度回りとなった。



ナイスパット!



ギャラリーが見守る中スタート

またコロナ禍からマスク着用でのプレーとなった。

いろいろ制限のあるパークゴルフ大会だったが、心配された空模様もどうか持ちこたえ、参加者全員が怪我や体調を崩す事もなく、皆さん無事ホールアウトした。

今大会は91のスコアを出した菅原富士雄さんが優勝。準優勝は92で小野繁治さん。また、ベストスコアはグロス89の吉川良夫さんだった。

A、Bコースを2回、回ることでホールインワンが続出、9名の方が達成、日頃の練習の成果が発揮された。

閉会式では、優勝、準優勝はじめ各順位賞、特別賞、ホールインワン賞、更には参加賞などたくさんのお品を両手に、大いに盛り上がった大会となった。

大会上位入賞者

- 優勝 菅原富士夫 91
- 準優勝 小野 繁治 92
- 第1位 吉川 良夫 93
- 第2位 進 敬 93
- 第3位 田村 武志 93
- 第4位 田村佐代子 93
- 第5位 仙北谷秀秋 94
- 第6位 伊藤 孝二 94
- 第7位 加藤 義雄 95

※同スコアはハンディキャップ及び年齢上位優先

領のひろば

「春山菜おすそ分けし夏が来る」

山菜を慈む

菅井 清光さん

(8地区2班)

今年も山菜が
獲れました。

「ウド」

採取場所は山地の斜面、傾斜地など……。
地上に出た茎には粗い毛が生えていく。
日が当たると緑色が濃くなりま
す。
細いものを選び、太い茎を選ん
で……。

採ったあとは必ず々、土をかぶせておくことも。

埋もれた茎の根元からナイフなどで切る。

採取したものは、その日に調理して食べてほしいです。

「おすすめ料理」

酢、味噌などの和え物

(私なりに鰹節も入れて格別)

チーズ焼き

皮のきんぴら(下ごしらえ無し)

葉の天ぷら(酢醤油の味付けおいしいですよ)

「三つ葉」

この時期三つ葉は、さわやかな香りが特徴。



今年採れた山菜・ウドです

「おすすめ料理」

天ぷら、卵とじ、汁の実、茹でておひたし和え物、熱湯をさつとかけてから塩で軽くもんで浅漬に。

「山菜取りの注意」

☆乱獲しない

山菜を手当たり次第採ることを乱獲といえます。

乱獲しないことが最低限のマナーの一つです。

自然を大切にすることを、お忘れなないようにしましょう。

☆服装について

両手を空ける・・・リュック

サック、ウエストバッグを利用して両手を自由に使えるように山中を廻るときも便利です。

☆場所を確認する

国立公園や自然保護区域では植物の採取は禁じられています。山菜は地元の産物としている地域や、山菜を栽培している個人の所有地には勝手に入ることはいけません。

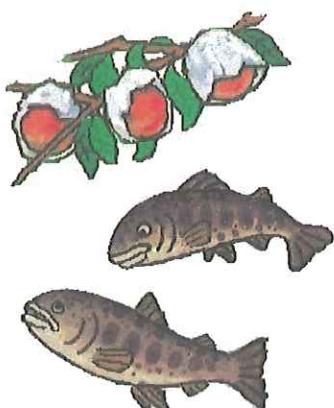
※マナーを忘れないこと！

「追伸」

私の小さな趣味ですが7月1日、ヤマベの解禁となり、まずまずの釣果あり。

果樹管理で自宅の庭の桃の袋掛け終わる。(50袋)

ちなみに袋のサイズは140×180mmです。





9、10歳(昭和25、26年)3年生頃の学校給食は、完全実施ではなく、おかずなしの弁当持参で登校し、副食のみを自校で作成り、お昼と一緒に食べたのであった。

戦後北見の給食の始まりは中央、西、上常呂小学校が最初で、中央小学校では副食を作るため野菜等を各家庭から子どもに持参させていた。登校するとすぐ教壇の前に置いてある給食バケツに入れ、係が給食室に運んだ。各家庭からは野菜物が多くて、おかずは大抵汁物だった。自分が家から野菜等を持参した日は、誇らしげで、給食時間はたのしみだった。逆に何も持参しない日は周囲の目を気にしながら給食を食べた。

2月の寒かった時のある給食の味がつらい思い出の味となった。この日の汁は、冬は今のようには野菜が豊富でなく、定番のニンジン、ジャガイモ等が少々、大ぶりの生の魚ぶつ切りが入った塩味の汁で、全校児童の1500名分が完成していた。しかし、お昼時間には、もう冷えて冷えた汁となっていた。教室のストープはあるにはあるが、教室を温める火力となっておらず、がたがた震えながら汁をすすったが、魚の生臭さと汁の冷たさで喉をとおさなかった。その頃の先生の指導では、「絶対に給食は残してはいけない」であったが、先生の目を盗んで、アルマイトの食器を洗うふりをして流しに捨てたのが今でも思い出される。



昭和26年、4年生の時、北見市の西、東、中央小で完全給食が実施された。すなわち主食はパン、副食は自校作成のおかずとミルクであった。ちなみに、この時代の「ミルク」とは、現在の給食で提供されている「牛乳」ではなく、「脱脂粉乳」のことを指す。脂肪分以外の牛乳の栄養分を全て含んでいて栄養価は高かった。給食では、水やお湯で溶いたものを配膳して飲んでいた。味については温かいうちは何とかであったが、冷たくなると不評だった。

完全給食で弁当持参が無くなりお昼は丸いコップパンだった。誰もが給食係をやりたがり、特に男子は、パンを配膳するとき大きめに膨らんだものを自分の取り分とした。今考えればきちんと計量して焼いているのだからみな同じ重さで、見た目の違いだけであった。食べ方もガブツト食しないで、パンの上皮からから少しずつはがしてちびちびゆっくりと食べるのが当時はやっていた。

9月のある日、給食の配膳のとき、教室が騒然とした。給食係が「今日のおかずは、ホッケのフライだ」と叫んでいた。「フライとは何だろう？」見た目は魚の開きの天ぷらに見えた。係の「いただきます。」の声で、フライに醤油をかけて、がぶりとかんだ。口の中にパン粉とホッケの味が広がり至福の時間を過ごした。6年間ただ1回のホッケフライ給食の時間だった。現在ホッケのフライを食べると決まってその時の味を思い出すのである。



人いちほ

シルバー事務局です



厳しい暑さの毎日が続いている中、会員の皆さんに於かれましては、頑張って就業頂き、感謝申し上げます。

各々が、健康管理に十分注意してください。水分補給や休憩などを取り、熱中症にかからないよう気使いながら、安全就業をお願いします。

又、コロナ禍の中、様々な場面での不便な生活等を送っていることと思います。一日も早く終息し、自由な生活環境に戻りたいものです。

7月に、会員さん2名が病氣と事故で逝去されました。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

当地区では、高齢化・過疎化が年々進み、さらに子供の減少により学校統合などが進み、現在も、留辺蘂高校の存続が問題になっております。

ボランティア活動につきましては、昨年、多くの会員の参加を頂き、ありがとうございました。

例年、公園清掃や独居高齢者世帯の窓拭き等を、2回に分けて実施していましたが、コロナ禍の今年度は、公園清掃活動を、来る10月15日(土曜日)の1回のみを予定しています。昨年同様、多くの会員の皆さんが参加くださいますようお願い申し上げます。

本業の事業実績は、会員の皆さんの頑張りで(請負、派遣を合わせて)、ほぼ計画通りの106.6%(6月末累計)で推移しております。今後とも会員一人ひとりが、お客様に寄り添い、事業目的達成に努力していきましょう。

(公社)北見市シルバー人材センター
留辺蘂支所 業務課主任 西田 越



編集後記

去年の夏は猛暑だった。今年の夏は例年並みの過ごしやすさとなったが、去年と共通しているのが、新型コロナウイルス対応の生活だ。

「第7波」が爆発的に広がっている。新規感染者数は、過去最多を更新中で20万人を大きく超え、一週間の新規感染者は約97万人と世界最多であるとニュースは伝えていた。

社会経済活動の維持の方針に基づき、当シルバーでも様々な活動がなされ、その実態が今号の中で紹介されている。「熟読され、会員の活躍の様子を知って下さい。」これらの活動がまた規制されるのかと心配だ。道内新規感染者数が連日拡大し、感染のリスクが付きまとう。「シルバー会員として、一人ひとりが責任をもって感染予防対策の徹底を！」と再々度訴えたい。

広報誌137号が出来上がりました。取材や写真撮影にご協力くださった会員に感謝し、お礼申し上げます。

広報委員一同