

# シルバー北見 142号

## 2024.1

■令和6年1月1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



### <会員登録数>

単位：人

	9 月			10 月			11 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	1	1	511	1	1	511	3	3	511
女	2	1	166	0	0	166	0	1	165
計	3	2	677	1	1	677	3	4	676

働くよろこび、社会参加の輪を広げよう





# 年頭にあたって

新年あけましておめでとうございます  
皆様方にはお健やかに新春を迎えられたましたことと  
心からお慶び申し上げます

北見市長 辻 直 孝

あけましておめでとうございます。

会員の皆様方におかれましては、健やかに新年をお迎えのこと  
と心よりお慶び申し上げます。

北見市シルバー人材センターにおかれましては、健康で働く意  
欲のある中高年齢者の方々が、長年培われてきた豊かな知識や経  
験を生かし活躍され、市民の皆様から親しまれ発展されてこられ  
ましたことに、敬意を表しますとともに、心から感謝申し上げる  
次第であります。

さて、労働者を取り巻く環境につきましては、新型コロナウイルス  
感染症の5類移行により、経済活動が活気を取り戻しつつある一  
方で、物価・エネルギーコストの上昇や資材費高騰などによって、  
人手不足にある企業においても求人を探えるなど、地域経済を支え  
る労働者の確保が大きな課題となっています。

こうした状況の中で、地域が持続的に発展していくためには、中  
高年齢者の皆様が、これまでの経験から得た貴重な能力を発揮いた  
だくことが大変重要な要素の一つであります。

市といたしましては、市民の皆様誰もが、生きがいを持ち、日々、  
元気で活躍いただくため、柔軟な働き方に取り組みやすい環境づ  
くりなど労働環境の整備を推進してまいりますので、貴センターに  
おかれましては、「自主・自立」「共働・共助」の基本理念のもと、  
引き続き、中高年齢者の就労機会の拡大や生きがいと活力あるまち  
づくりの推進にお力添えを賜りますよう、お願い申し上げます  
であります。

結びに、貴センターの益々のご発展と、本年が会員の皆様方に  
とりまして、幸多き一年となりますよう祈念申し上げ、新年のご挨拶  
といたします。

## 迎春



(順不同)

### 賛助会員(社名)

- 五十嵐建設株式会社
- 有限会社今泉造園
- 岡村建設株式会社
- オホーツク美装興業株式会社
- 株式会社北見ゴルフ倶楽部
- 北見商工会議所
- 北見信用金庫三輪支店
- 北見スズキ株式会社
- 北見トヨペット株式会社
- 有限会社北見ユニティ
- 小林株式会社
- 株式会社小柳中央堂
- 株式会社ホテル黒部
- 有限会社サンケイプリント社
- 株式会社シバヤマ電器
- 株式会社高木園芸
- 株式会社東部第一
- 株式会社日専連(ツクコーポレーション)
- 長谷川機械店
- 株式会社ハリカ北見店
- 株式会社ベルコ北見支社
- 株式会社山中電器
- 株式会社緑進
- 株式会社レンタル屋
- 株式会社北見教材厚生部
- 株式会社伝書鳩
- idデザインオフィス

# 新年にあたって

希望に満ちた新年を迎えられた会員の皆様に  
謹んで新春のご挨拶を申し上げます

シルバー互助会会長 十河 暢 明



二千年代に入り、はや四半世紀に達しようとしています。科学の進歩はめざましいものがあり、我々が子供の時代に夢だったことが次々と実現されています。

子供の時、胸を躍らせながら読んだ空想科学小説に近いことがおきようとしています。しかし、科学の進歩により出来上がった近代兵器が人間を殺戮しています。

本当は、この紙面で「新年おめでとうございます」と書くべきなのでしょうが、ウクライナ・パレスチナの様子は、とても「おめでとう」と言える状態ではありません。科学の進歩に人間の心は追いついていません。この状況が二千年代に少しでも改善されることを祈るばかりです。

さて、シルバー人材センターに集う皆様、いかがお過ごしでしょうか。物価高の大変な世の中です。なかなかレジャーの気分にならないかもしれません。互助会活動の方も宜しく願います。

コロナの為、互助会行事はパークゴルフ大会以外、思うに任せませんでした。昨年ようやく、一泊旅行が実現できました。シルバー人材センターの会員が減少している中、少しでもこの互助会が役立てばと思います。

互助会活動はとかく3つの行事だけが語られがちですが、その他、サークル活動、各種の祝い金、見舞金の規定もあります。大いに活用してほしいと思います。

我々はこの社会の中で、今まで一定の役割を果たしてきました。皆様、今年もそれぞれの仕事を頑張らしましょう。そして、互助会の行事にも、沢山の方が集まっていたことを切に願っております。

## 賀春



### 互助会役員

会長	十河 暢 明
副会長	藤 井 和 三
副会長	熊 谷 賢 一
事務局長	新 飯 田 俊 男
常任幹事	前 北 常 雄
常任幹事	宮 本 勇
常任幹事	川 口 昇
常任幹事	松 木 征 英
常任幹事	高 木 英 明
常任幹事	伊 藤 祐 二
常任幹事	片 岡 敏 昭
常任幹事	若 原 秀 雄
会計幹事	栗 田 雅 春
会計監事	

特集 新春インタビュー  
 「令和6年をむかえて」



輝かしい『新年』をむかえました。今回、2人の会員さんに「シルバーを続けてきて」と題してお話を聞きました。

シルバーで健康に  
 9 地区理事  
 神尾町 武正 さん



半迄の4  
 時間半。  
 日曜日は  
 やや長め

神尾町さんが会員になったきっかけは、平成24年の定年退職の折、市の広報を見たことでした。もともと『ボランティア』に関心があり、体の為にも何かしたいと思っていたところでした。5月の説明会の後、即入会。

の勤務です。週2日はお休みがあります。

食品を中心に、商品を受け入れ、分別し準備します。早朝で体的にもきついと言って、2、3日でやめてしまう仲間もいましたが、持ち前の粘り強さで、もう10年以上も続けています。

趣味は、ボーリング。「水曜会」という仲間を作り、6団体クラブリーグで楽しんでいきます。また、退職を機に、美幌で習得した「そば打ち」は、玄人はだし。道具をそろえ、仲間にふるまって喜ばれています。民生委員も平成28年から引き受けています。

「体の為になり、お金にもなる」と、シルバーに入って本当に良かったと言います。  
 「新しい年を迎え、さらに『健康で明るく楽しく』をモットーに暮らしていきたい」とお話ししていました。

お客さんが私の先生  
 2 地区理事  
 高橋 健一 さん



「夏は『草刈り』、  
 春・冬は『冬囲い』

60才の定年をむかえてすぐに入会しました。最初の5年は、水産会社の運転の仕事に就きました。続いて、障がい者福祉施設の運転を2年しました。これが転機となって、施設の経理も手伝うようになりました。その仕事ぶりから、請われて理事となり、さらに6年間、代表理事を務めました。分散されていた法人施設を一カ所に集約し、通所者や職員に過ごしやすい施設づくり尽力しました。

や『除雪』、秋・春は『畑起し』：仕事でたら体を動かすのが大好きです。

シルバーの仕事を通じて、お客さんとコミュニケーションがとれることが喜びです。特に年長者は、知識が豊富で教えてもらうことが自分の身になっていきます。

ここ数年、『草取り講習』の講師も引き受けています。道具の使い方などお話ししますが、一番大切なのは、お客さんの身になって「ああ、美しい」と感じる仕上げです。そうすれば、必ずリピートが来ます。除草や剪定は勿論のこと、土の入れ替えから肥料の散布まで「庭の手入れをすべて任せる」と言う人もいます。50件以上の人が、私を指定してきています。

自分はマンション住まいですので、お客さんの庭を自由に作り上げることも楽しいです。今年も、夫婦ともに健康で楽しく生活していきます。ペットのウサギ2匹とともに…。

# 楽食



ジュースと醤油の香ばしいかおりが、部屋いっぱいに広がりました。

秋晴れに恵まれたこの日、四年ぶりの『料理講習会』が、市民会館実習室を会場に開かれました。参加したのは、心待ちにしていた20名の会員。開始の午前10時には、全員エプロンと三角巾で身支度し、集合しました。

この講習会の目的は、食を通して会員の虚弱(フレイル)を防ぐことです。筋力が衰える↓活動量が減る↓食欲がわかない↓食べられない↓低栄養になる↓筋肉量が減るといふ『フレイルサイクル』に陥らないために、栄養のバランスのとれた食事を心がける必要があります。

この日、講師の山本美紀先生が考えてくれたメニューは、4品目でした。

## (1) 塩昆布と枝豆のご飯

・普通に炊いたご飯に、サツとゆでた枝豆と塩昆布をいれて混

ぜるだけ。超かんたんで、ほんのり塩味が美味しい一品です。

## (2) 厚揚げのかんたん酢豚

・豚ひき肉と味付けにケチャップを使ったところが特徴の酢豚。熱いうちに食べると、かなりうまいです。

## (3) はんぺんのチーズ焼

・はんぺんをポリ袋に入れ、チーズ・かにかま・片栗粉を混ぜ、よく揉んで、フライパンで焼く。思いのほかうまい!

## (4) キヤベツと生姜の浅漬け

・2cmぐらいに切ったキヤベツを塩もみし、水を切って人参・生姜のせん切りと調味料を加えて混ぜる。さっぱりとした食感です。

事務所の職員の皆さんが、事前に食材や調味料、食器など準備してくれていたこともあって、1時間ほどで全て完成です。

「いただきます!」最後は、みんな揃っての試食タイムです。自分の手で作った料理の味は、格別です。9名の男性会員の中には、初めて包丁を握ったという人もいて、「今日は、11月22日で、いい夫婦の日だね。家に帰って妻にご馳走しようかな。」など

と話していました。

『楽食』・・・この講習会を通して、楽に短時間で料理が出来ること、そしてグループで協力し楽しく調理ができることを体感しました。さらに、「おいしいものを食べる」ことより、「おいしくものを食べる」ことの大切さに気づかされました。

来年度も、11月下旬に開催の予定です。ぜひ会員の皆様、奮ってご参加ください。

なお、今年のレシピを知りたい方は、シルバー事務局までお問い合わせください。





今年

# 令和5年 互助会研修旅行 紅葉狩りと温泉を楽しむ

令和5年10月20日・21日



講話する中事務局長



理事長、互助会長の挨拶

4年ぶりの開催でした。あいにくの雨の日だったが、総勢40名(内女性15名)の皆さんがサンライフに集合した。8時には最終目的地である沼田町のほろしん温泉へ元気にバスに乗りこみ出発した。

石北峠付近は紅葉の時期から落葉の頃に、高い山には雪化粧と晩秋の佇まいと成っていた。層雲峡の「銀河の滝」などで小休止しながら、「旭山動物園」に到着した。ここでは各自昼食を取りながら園内の動物を観て歩いた。

その後、「男山酒造」に立ち寄り、各種の日本酒を試飲しほろ酔い気分で沼田町へ向かった。「夜高あんどん祭り」で名の知れている沼田町内からさらに10分ほど走った山間の温泉「ほたる館」に到着した。

露天風呂から見える山間の紅葉を見ながら、温泉に浸かり、日々の疲れを癒した。午後5時半から研修会が開催され、事務局長より「シルバー人材センターの現状と将来に向けた課題」の講話があった。「半年が経過したが会員の減少と受注減の現状ではあるが、パソコンやスマートフォンをより活用してシルバーの広報や受注や発注に繋げていきたいと思います。」と語った。

つぎに、十河互助会会長や各役職員の挨拶、乾杯で宴が始まり、カラオケやビンゴゲーム大会、そして2次会とおおいに盛り上った夜だった。

次の日、帰りは「白滝埋蔵文化財センター」などに寄り無事帰路に着いた。この研修旅行の企画から準備そして進行に当たった互助会役員の方々、そしてシルバー事務局の皆さん大変有難うございました。

## 旅行でリフレッシュ 後藤誠児(事務局職員)

バスの中では、互助会役員による日程説明や飲み物配布、会食時のカラオケ希望取りまとめなど、コロナ禍による4年ぶりの開催となった研修旅行に対する、準備の周到さを感じました。

旭山動物園には11時10分頃に到着し、傘をさしながら東門より入園しましたが、やはり気温も低く足元も濡れてしまい、途中からは昼食に暖かいラーメンを食べることばかり考えていました。白くま館近くの食堂で旭山醤油ラーメンを食べた時は、本当にホッとしました。

さて、旭山動物園で、自分一番の推しはカバでした。体重2tの重量感と存在感、それを感じさせない水中での軽やかな動きは圧巻であると常々思っていたところです。

雨の動物園を堪能し、予定より30分早く出発し男山酒造へ。自分はアルコールの中でも特に日本酒は好きで、皆さんと同じく無料試飲に並んだあと、夜の部屋飲み分を購入したことで満足し、本日最後の目的地ほろしん温泉へと向かいました。

部屋への経路に戸惑いましたが、建物は思ったより立派で、お風呂も心地よくゆったりと入りました。夜の会食ではビール生樽が用意されていましたが、瞬く間に飲み干され、3樽が消化されたことと共に、カラオケ参加者のレベルの高さにも驚きました。

1泊2日の研修旅行は、ハードな日程ではありましたが、バスの中でゆっくりと休めましたので、充実した内容だったと感じています。十河会長を始め、互助会役員の皆様には大変お世話になりました。



カラオケを聞きながら  
盛り上がる宴



ほっきよくぐまを見て  
感激した会員



## カラスが芝生をはがす 防鳥テグスで被害対策



コロナ禍前、「やすらぎ苑」の剪定取材のおり、芝生のあちこちがはがされてポコポコだったので、草取りの女性会員に尋ねると「カラスの仕業」とのことだった。芝生をくちばしでゴッソリはがして根元に生息している甲虫類の幼虫をついばむようだ。

被害対策として「乾燥ヒトデ」が害虫や鳥獣が忌避する効果があるらしく、旗に染み込ませて立てたり吊り下げたりしてみたが、高価な割には著しい成果はなかったようだ。

今回、「黒テグス」を張り巡らす方法をとるということで、10月14日現地に出向いた。秋晴れの朝早くからすでに、伊藤さん田中さん長岡さん梅田さん森田さん、そして職員の後藤さん6人が集まり図面と打ち合わせを行っていた。

カラスは敏感な翼に物が触れることを嫌がるため、上空からの侵入経路に0.3mmの細くて見えにくい黒テグスを巡らすという。高さ3mの位置に幅3m間隔で張っていくが、やすらぎ苑は広いので2回に分けて設置するようだ。

この日は入り口付近から約半分の場所を、周りにある木々、電灯、道具小屋などを利用して3組に別れ張っていった。朝露に濡れた芝生を歩くと、靴はすぐに湿って来てしまった。数えきれない本数を張り、半端じゃない移動距離になるが1巻き2000mのテグスを2本用意して、声を掛け合いながら作業を進めていた。

1週間後に残りのテグス張りに行ったところ、カラスのいる様子が全くなく、3ヶ所にテグスの切れた跡があり、その内1ヶ所にはカラスの羽根が付いていたとのこと。すぐに現れた効果を目の当たりにした、皆さんの誇らしい顔が想像される。さっそく切れた所を張り直し、さらに広い敷地の作業にとりかかり、やっと全敷地を終わらせた。

苦労した甲斐がみのりましたね！ 大変お疲れさまでした。



建物や街灯にもしっかりと



図面で確認



あたり一面こんな状況です



コガネムシの幼虫がウヨウヨ



黒テグス



立ち木に取り付け





「全国シルバーの日」  
 市民に向け宣伝活動を実施  
 シルバーの事業をPR 10月15日(日)

秋晴れのこの日、「全国シルバーの日」に合わせて、大矢根理事長をはじめ各役員と事務職員の皆さんが、アークス桜町店と芸文ホール前や駅前広場(菊祭り展示場他)の2会場に分かれて、法被スタイルで、PR活動を実施した。



アークス桜町店でPR活動



シルバー事業ご利用を!!

ながら、「シルバー人材センターの仕事の紹介や会員の入会」を大きな声でPRをしていた。

アークス桜町店ではテッシュュを受け取った市民の方は、剪定作業のことを職員に聞いていた。

一方、芸文ホール前の北見会場は今年の菊祭りの他に、オクトーバーフェストやハロウィーンフェスティバルなどの同時開催で、市

民の皆さんが分散しているので手分けして、PR活動をしていた。

芸文ホール前の各会場のほか、図書館前やプロムナード内また北見駅前菊祭り会場で「シルバー人材センターです、何かお困りごとがありませんか、ありましたら是非シルバーにお電話ください。」と声掛けをしていた。両会場で用意をしていた600枚のパンフレットは約1時間で配布を完了した。



芸文ホール前でのPR活動

14日は、約670名のシルバー会員も自宅近隣で同パンフレットの配布(1人2件)を行い、宣伝広報活動に参加した。

今回も、これからのシルバー人

材センターの事業拡大につながる有意義な2日間となった。



駅前菊祭りの会場とハロウィーン広場での啓発活動

# インボイス制度がやってきた！ 配分金はどうなる？



令和5年10月にインボイス制度（適格請求書等保存方式）が始まり、消費税の取り扱いが変わりました。今までのことや今後のことについて、概要をまとめましたのでご覧ください。

- 私たち会員はセンターから仕事を請け負う個人事業主とみなされ、配分金は雑所得として消費税が含まれています。いままで、ほとんどの会員は売上1000万円以下の個人事業主であるため、納税義務がありませんでした（免税事業者）。また、センターや一般の課税事業者は、免税事業者との取引でも仕入れ消費税の控除が認められていました。
- 今回の制度は免税事業者との仕入れ控除を見直し、8%・10%の複数税率の計算ミスや不正を防ぐため施行されたものです。そのため、仕入れ消費税の控除が3年ごとに段階的に認められなくなりました。
- 会員（免税事業者）への配分金支払いについても、段階的に仕入れ控除が認められなくなるため、配分金に含まれる消費税相当分をセンターが新たに負担します。そのため、センターの運営には多大な影響が及ぼされることとなります。
- 現在、公益社団法人全国シルバー人材センター事業協会が中心となり、特例措置を国及び関係機関に求めるとともに、専門家で構成する委員会で、引き続き今後の対応を検討している状況です。

## シニア向け スマホ教室 開催



9月13日午後から、サンライフ研修室で1時間半ほどの「高齢者スマホ教室」があり、取材がてら参加してきました。

『電話をかけられるか・メールができるか・ラインを使えるか』などの度合いに応じ、6人ずつ6グループに分かれ、講師がおののけ付いて手取り足取り丁寧に教えてくれました。

この教室は道庁が「潜在人材掘り起し推進事業」として企業の人手不足を補うため、女性や高齢者、障がい者がパソコンなどのIT関係に慣れてもらい就職活動を行えるよう関連機関と「スマホ教室」を開催したものです。初めに当センターの中事務局長、道庁から受託の（株）MOKA担当者、「au店」の担当者からそれぞれ挨拶があり、早速au店スタッフの実技講習がはじまりました。

シルバーの参加者は数名でしたが、私のグループは男女とも年配の方で孫とのメールやラインを楽しんでいるようでした。

テーブルには『入門編・活用編・動画を楽しもう編・ライン編』の順序で資料がおかれてましたが、入門編と活用編の途中であっという間に1時間半が過ぎてしまいました。皆さんの必死に覚えたい意欲があふれて追いつかないほどの状況でした。隣の女性は自分のノートを持参していて、スタッフが他の参加者と話している時も私に教えを請い、いろいろと書き留めるほどです。

終了間際「他の地区でも開催しています、au店でも無料教室があるので利用してください」との話を聞き、満足したような、また、物足りないような顔でそれぞれ教室を後にしました。



講師の話に耳を傾ける皆さん



**会員のひろば**  
懐かしいあのころ  
**思い出の味Ⅷ**  
進 敬 (2地区3班)

22  
〜  
23 歳

(昭和37〜38年頃)

3年次の前期の試験休みの時、秋田県出身のS君に誘われて能代市を訪問した。秋田市に次ぐ都市で目に入るものは何でもめずらしかった。S君の家は母子家庭だったが、内気の息子が友達をつれてきたということで大歓迎をしてくれた。10日間滞在する中で郷土特有の食文化を堪能した。滞在中に、「今日の夕飯は、きりたんぼ鍋だよ」お母さんに告げられた。秋田県では「客をもてなすために欠かせない料理としてよくふるまわれる」と友人の言葉。初めて聞く鍋料理に期待に胸を膨らませた。きりたんぼ鍋は鶏ガラと調味料でつくっただし汁に

たんぼ（炊いた新米をすり潰し、それを棒にまきつけ焼きちくわのように焼いたもの）を切って野菜等（ごぼう、長ネギ、舞茸、せり）を入れて煮込む料理で、お母さんが手際よくよそってくれた熱々を食べた。鶏肉（比内鶏）と舞茸と醤油のだし汁がきりたんぼに沁み込んで、今まで食べたことのないおいしいものだった。さすが秋田は米どころだと思った。



4年次の時、高校の同窓で入学の歓迎会、卒業の送別会をやるようになった。それまではやられていなかったし、交流もなかった。「同窓として寂しんでないかい」とい

うことが趣旨だった。歓迎会は5月20日、工学部1名、学芸学部1名の新入生と在校生の農学部2名、工学部1名、学芸学部2名の7人で行なった。場所は盛岡市の「中の橋」にあった『そばの東屋』。一人250円を支払い盛岡名物の「わんこそば」を生まれて初めて食べた。

「わんこそば」は一口に小分けされた温かい蕎麦を『わんこ（お椀）』に入れて薬味と一緒に食べる料理で、沢山の分量を食べてもらうための工夫があった。麺つゆは濃い目に味付けされ、一口に小分けされた麺は、あらかじめ麺つゆにくぐらされているので、どこしよくツルツと食えることができ、さらに麺だけひたすら食べ続けるのが大変なので変化が加えられるように薬味にもさまざま

なバリエーションがあった。給仕と呼ばれる「わんこそば」を次々と入れる女性の方が威勢よく「はいどんどん」「はいジャンジャン」いいながら、次々と椀にそばを投入し、休む間もなく食

べつ続けなければならなかった。初めの30杯目まではじっくり味わっていたが、それ以降は情性で投入される麺をひたすら飲み込むのに必死だった。それが思い出の味として残っている。

終了の合図は、お椀に蓋をすることであったが、蓋をしようとすると、素早く蕎麦が投入され、大変な思いで終了した。10杯が井ぶり1杯分で、30杯食べれば元が取れるとされたが、7人の食べた内訳は、40杯台が2人、50杯台が3人、60杯台1人、78杯の小生が第一位となった。

寮生活のひもじい思いがここで発揮されたようだ。しかし、ここでは1週間続いた下痢まで予測はできなかった。



# 二人にちげ

## シルバー事務局です

会員の皆さん関係各位の皆様、新年あけましておめでとうございます。健やかで輝かしい新年を迎えられたことと心からお喜び申し上げます。

日頃より当センターの事業運営に対し多大なるご支援ご協力をいただき感謝とお礼を申し上げます。

さて、高齢者の働き方改革に伴う定年延長制度の導入やさまざまな法の改正などによりシルバー人材センター事業を取り巻く環境は日々変化しています。また本年は今後5か年の中期計画策定の年です。山積する課題の解決に向けて過去5年間を検証し、現状と将来を見据えた新たな目標と計画を立て、事業の推進に取り組んでまいります。

こうした中で、皆で協力して共に助け合いながら健康で働き続けられるセンターづくりを目指して、今後も職員一同鋭意努力してまいりますので会員の皆様におかれましても健康管理に十分注意され、今年一年頑張りましょう。

本年もどうぞよろしくお願ひします。

常務理事  
事務局長  
中 寛良



### 事務局職員の紹介

事務局長	中 寛良
総務課長	大武 利章
総務課主任	荻嶋久美子
総務課主任	松本絵理子
業務課長	南保 稔
業務課主幹	後藤 誠児
業務課主任	川原 望
業務課主任	橋本 紗織
留辺薬支所 業務課主任	松本 精弘
常呂支所 業務課主任	栗城 憲康

## 編集後記

4年にわたる新型コロナウイルスとの闘いは、今だに収束に至っていない。コロナの規制緩和により、経済活動では上向きになっている。しかし、諸般の理由で物価高が家庭を圧迫しているのも事実である。2022年のロシアのウクライナ侵攻、2023年のイスラエルの紛争など、戦争の中で尊い命が奪われていくことにも心がいたみ、平和の大切さを実感する。

会員の誰もが生きがいを持ち、元気で仕事に精を出すためにも、この広報誌には物事をよく知り、よく考え、有意義な生活となるような記事を今後も載せていきたい。

### ◎辰年にちなんで会員の皆様へ

たとえ困ったことが起きて  
つまずくことがあっても

どんなときも笑顔とやる気で

しあわせな一年になりますように

### ◎広報委員の決意

たくさんさんの仕事をかかえながら  
つらいことでも逃げ出すこともなく  
どんどん新しいことに挑戦し  
しんしん共に向上する年にしたい