



いきがい高知

書 浜田尚川氏

高齢者の
元気な働きで
明るい社会

No.89

発行／公益社団法人高知市シルバー人材センター 〒781-0802 高知市丸池町1-1-14

TEL088-882-3839
e-mail kochi-sc@sjc.ne.jp

2023・4



Spring has come!

牧野植物園と竹林寺と五重の塔

も
く
じ

事務局よりお知らせ	2
ブロック総会・新人紹介	3
高知県立牧野植物園－大の大人の楽しみ方－	4-5
事業所訪問	5

ブロック長にきく	6
おしどり会員紹介	7
会員ひろば	8

シルバー人材 高知

検索

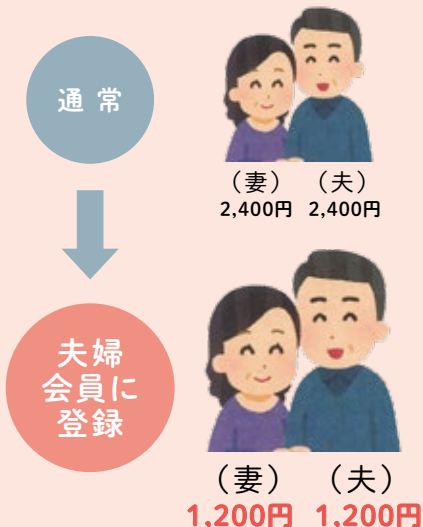
<https://webc.sjc.ne.jp/kochi-sc/index>



事務局よりお知らせ

ご夫婦で会員登録を

令和5年4月1日より、新規会員の加入を促進するため『夫婦会員割引制度』を実施することとしました。ご夫婦で会員となっていた方について年会費を割引します。既に夫婦会員の方、会員となっている方の配偶者が入会される場合や新たに夫婦でご入会される場合も適用となります。是非とも奥様、旦那様をお誘いのうえご入会ください。



- ① 既にご夫婦で会員の方
「夫婦会員会費割引申出書」を提出してください。
(夫婦割引が適用されます)
- ② 正会員の配偶者が入会される場合
新規入会者の会費は、月額100円に当該月を除く残月数を乗じて得た額とします。
(次年度の会費より夫婦割引が適用されます)
- ③ 夫婦会員として割引を受けていた会員
いずれか一方が会員の資格を喪失した時は次年度以降の会費は通常の会費になります。

※申込用紙は、センター事務局にありますので送付いたします。

事務局配置図



本年度の定時総会は通常開催!

令和5年度は、インボイス制度がはじまり、コロナ禍での厳しい状況もあり大変な1年になりそうです。

未だコロナ感染症も気がかりですが、令和5年度は多くの皆様のご参加で総会を盛り上げていただきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

4年ぶりの福引大会も、是非とも楽しみにしてください。

日時 令和5年5月31日(水)
午後1時30分～3時30分頃

場所 高知会館 3階 白鳳の間
高知市本町5丁目6-42
TEL:823-7123

福引大会も復活!ぜひ、皆様のご来場をお待ちしております。





江ノ口ブロック総会



と き：令和5年2月15日（水）午後1時30分
 ところ：江ノ口ふれあいセンター
 参加者：会員10名、事務局2名

3年ぶりのブロック総会となり、参加している会員も少し緊張しているようにも見えましたが、何か新鮮さを感じるブロック総会の始まりとなりました。

引野秀一ブロック長の挨拶のあとブロック活動の報告がありました。続いて役員の改選がおこなわれ、1班の中野四郎班長の退任に伴い、新しく1班の班長に上田一貴さんが承認され、他の役員は留任となっています。

その後、インボイス対応について事務局長の報告があり、令和5年10月の配分金から2%差し引かれた金額がいつもの口座に振り込まれるとのことでした。

また、インボイス制度が大きく変更されようとしているとの話があり、制

度の詳細はまだ分かっていないものの全力で対応していくので、会員の皆様もご協力をお願いしますとの話がありました。

その後いくつかの質疑応答があり、新しい仕事は事務局へ出向いて相談した方が良いでしょうかとの質問があり、電話でも良いので積極的に相談してほしいとのお話がありました。その後全ての議題が承認され閉会となりました。

（事務局）

旭ブロック総会



と き：令和5年2月22日（水）午前10時
 ところ：元気ふれあい館 福寿園 研修室
 参加者：会員25名、事務局2名

ブロック長の開会宣言、挨拶、事務局職員の紹介のあと、本日の会場の施設長でもある古味勉理事長からシルバー人材センターの理念にふれた歓迎の挨拶がありました。

次に当センターのコーディネート「山本学会員により「地域と連携（旭やるかい）」と題して、旭ブロックが取り組んでいる他団体との連携による地域づくりについて体験発表が行われました。

藤原事務局長の令和4年度事業活動報告とインボイス制度について情報提供が続きました。

議題に入り資料に従って、令和4年度の会員数・就業状況・ワンコイン受注状況の説明とブロック活動報告及び活動収支報告がありました。

続いて、令和5年度の役員改正案が承認されました。（2班副班長矢野博子会員が退任、日向千恵子会員が着任、他の役員は留任）次にブロック組織活動推進目標が説明されました。

特にブロック長からインボイス制度による課税について、自身の勤務事例をあげてこれから数年間予想される課税額が数値で示されて、具体的に分かりやすく参考になりました。

最後に質疑応答に入り、次のやりとりがありました。

①インボイス制度が始まり、会員から支払う2%の窓口は？

答 自動的に2%引いたものが今ままで通り口座に入ります。

②現金五百円を受け取っているワンコインサービスへの課税は？

答 「少額への課税はきびしい」という考えと「すべての会員に公平であるべき」という考えがあり、検討中です。後日その結果を報告します。

以上で閉会しました。（池田・重松）

事務局に新しいスタッフ



12月より経理事務を担当しています。慣れないことばかりで至らない点があるかと思いますが1日でも早く慣れ、会員の皆様と一緒に地域を元気にしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。



西森 知子



高知
県立
牧野植物園
— 大の大人の楽しみ方 —

4月3日からNHKで牧野富太郎博士がモデルの「らんまん」が始まりました。既に牧野博士、植物園は多くのメディアによって紹介されていますので89号ではシルバー世代が楽しめる植物園をテーマに取材をしました。

コースは「足元が安全」「トイレが近くにある」「車椅子も行ける」などの条件をクリアしています。

／ 大の大人が伝えて楽しむ

牧野植物園は、博士が生前に残した「暖帯の色々な草木を集めて立派な園にし観光客が『さすが土佐だけのことはある』と絶賛するようにしたいものです」という言葉のままに、博士ゆかりの植物や高知県の自然を再現した森をはじめ、四季折々の様々な植物を観賞できます。



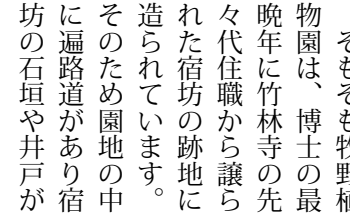
正門から段差なく舗装した遊歩道を右に「こんこん山広場」に行ってみましょう。「こんこん山」は博士の個人雑誌「牧野植物混雑録」から名付けられています。園地の最頂部で家族連れやカップルに人気のエリアです。

頂上付近に沢山の若木の植栽があります。この木は博士が生前住んでいた練馬の自宅の庭に植わっていた庭木を博士の遺志を継いで接ぎ木したもので職員は「牧野博士のお手植えの木」と呼んでいます。このようなエピソードをご家族に話してあげてください。

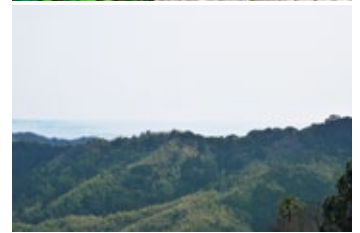
十年、二十年、三十年と園と共に成長した大樹の下で、あなたの孫がその子供達と同じことを言ってくれば、素敵なことだと思いませんか。

／ 大の大人が思いを馳せる

「こんこん山広場」を南に回れば展望台があります。ここからの眺望は素晴らしい、南園と竹林寺と五重の塔が一体となって目に飛び込みます。



物園は、博士の最晩年に竹林寺の先々代住職から譲られた宿坊の跡地に造られています。そのため園地の中に遍路道があり宿坊の石垣や井戸が



現存しています。「純真お馬」の純真はこの宿坊で生活していました。薄暗い石敷きの小径を、お馬はどんな思いで踏み歩いていたことでしょう。

この小径は「お馬路」と呼ばれ紫陽花に囲まれ残っています。日を改めて南園に行かれた時は、切なく悲しい恋物語に思いを馳せてみるのはいかがでしょう。

さらに、南を望めば山並みの遙か上に太平洋の輝く水平線が見えます。但し、はつきり見えるのは稀で、大體の方は気付かずスルーしてしまいがちです。この絶景を見た方は、相当ラッキーだと思います。

／ 大の大人の楽しみ方本番

展望台から舗装された遊歩道を下り展示館に向かいます。両脇には多様な草木が自然のままに咲いています。自然のままのようですが、これは職員の技です。博士が五台山で標本を採集し命名した「ピロドムラサキ」があり



ました。同様に博士は、ここ五台山で3種の植物を命名しています。あと2種あるので見付けてくださいね。

ここからは気に入った草花をできるだけ多く写真に撮ってください。朝ドラを観ながらお茶を飲んでいたら自分が撮った草花が出演したとか、実は博士が命名した草花だったとか、あり得る事です。その時は家族や友人に大いに自慢してください。

フラットに整備され、車椅子も通れる回廊を展示館に行く途中に「ふむむ広場」があります。

植物園は、園内の草木を触ることができません。いわば美術館と一緒です。しかし、ここでは「五感で楽しむ」をテーマに、触れて嗅いで楽しむことができます。三つのエリアに分れていますが植物に親しみ「ふむむ」とうなずきながら楽しむことができます。量販店に並んだ旬の野菜しか知らないお孫さんが一緒にいたら、ウンチクを披露するグッドタイミングです。



／ 大の大人の心にしみる ／

回廊の先に展示館が見えます。本館と同じく周りの山々の尾根に沿うようにカーブし、大屋根は薄い青色に塗られ土佐の空と同化しています。

入り口近くで、博士がこよなく愛した「バイカオウレン」と「スエコザサ」を見ることが出来ます。「バイカオウレン」の花は終わっていると思いますが、葉っぱは一年中楽しむことが出来ます。

この葉っぱが牧野植物園のシンボルマークになっています。このようなことでも博士の遺志を継いだ職員たちの気概を感じます。

すぐ隣に、博士の歌碑を囲むように「スエコザサ」が群生しています。展示館への動線のにくい演出です。



博士は一見地味なこの笹に、何故奥さんの名前を付けたのでしょうか。思うに・・・

笹は花と違って枯れたり散ったりしないで、寒くても暑くても一年中青々として楽しめます。その力強さや、たくましさやを壽衛夫人に重ねて命名したのではないのでしょうか。

〈家守りし妻の恵みやわが学び 世の中のあらん限りやスエコ笹〉

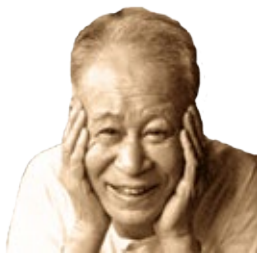
この一首に博士の思いの全てが込められてるようで、大の大人の心に染みてきます。

最後は展示館で、牧野博士自身に触れ合ってください。明治・大正・昭和と激動の時代を過ごしなが、いつも笑顔の博士。四十万枚の植物標本を収集できたネットワークの凄さ。

それを知るには、相当通う必要があります。長寿手帳などの所持者・高校生以下は入園料は無料です。

ちなみに、今回園地を案内していただいた橋本広報課班長が胸を張って言いました。「牧野植物園と個人名を冠した植物園は、世界でもおそろしくここだけ誇りに思っています」。

(池田)



事業所訪問

― 太平洋を抱く 明るい施設 ―



高知市長浜にある「社会福祉法人C I J 福祉会 シーサイドホーム桂浜」に伺いました。

シーサイドという名称どおり前はキラキラ輝く雄大な太平洋が広がり、桂浜に続く花街道は「高知龍馬マラソン」のコースにもなっています。通りをはさんで若宮八幡宮、長宗我部元親公初陣像などがあり、素晴らしい環境です。

シーサイド桂浜のコンセプトは「人間の尊重」「地域に根ざした明るい施設」です。利用者の能力状態に応じた自立した快適な生活を目標に食事、入浴、機能訓練、アロマセラピー、音楽療法を取り入れ短期入所の生活介護も行っています。コロナ禍では真夏も防護服を着て、みんなで力を合わせて感染を抑え込みました。

ここで就業している会員さんは

吉松政子さんと濱田明子さん。

以前は男性会員1人で従事していましたが、体調を崩し女性2人になったそうです。就業内容は受付業務です。シルバー会員が従事するまでは職員方や警備の方で対応していました。

職員の友永さんから「シルバーの会員さんが就業してからは休日を取得できるなど、職員の負担が軽くなり、感謝しています」との言葉をいただきました。

* * *



吉松さんにインタビューしたこと、身体を動かすことが

好きで、若い頃から仕事に育児に、そして趣味に頑張ってきました。こちらでは介護施設としてすべきこととしてはいけないことを念頭に就業しています。プライベートでも仕事でも人と接することが大好き」と答えていただきました。どうもその辺に若さの秘訣があるように思われました。「シーサイドホーム桂浜」は労働環境が整い、働きやすい職場だからこそ、入所者の方も安心して暮らしているのだなあ...と感じました。

(吉村)



ブロック長にきく



朝倉ブロック長
武田昭男さん(79歳)

新型コロナウイルス感染拡大から3年がたち、武田ブロック長は朝倉ブロックの会員とのコミュニケーションが希薄になったことを心配し、心を悩ませていました。89号が配布される頃にはコロナ感染症は5類感染症になっていいると思われ、新たなウイズコロナの時代になります。かと言ってまだまだ油断はできませんが、少し状況が良い方向に回転したようにも思われます。

そこで、武田ブロック長にこれからの展望をお聞きしました。

ブロック長を引き受けて十年半になりますが、自粛期間の3年は長かったです。この間、役員会やブロック総会が開催できず皆さんと触れ合うことができませんでした。その為、80名を越していた会員は75名になってしまいました。

これは自粛期間中に入会した会員さん達が退会したためです。ブロックでした。『自粛中でも会員さんとコミュニケーションを取り合い、就業の橋渡しができなかったらどうか。会員さんと触れ合う工夫はなかったらどうか』等、大いに反省しました。この3年間、会員さんとの唯一の繋がりには会報誌「いきがい高知」をご自宅に配布に何うことでした。

しかし、留守宅の会員さんが多く、就業についての相談や悩みを聞き取ることができませんでした。まず、この点から工夫したいと思っています。

班長・副班長と相談し会報誌を配布する時、私や班長からのメッセージを添えてお渡しすることで、高知シルバー人材センターや朝倉ブロックの会員さん同士が身近なものに感じてもらえるよう頑張ります。

「シルバー人材センターに入会したが、何処に、誰に問い合わせすればいいのか分からない」。そんなことが無いよう密なコミュニケーションを取り合いまししょう。

朝倉ブロックには役員の中に2名のコーディネーターがいま

す。遠慮なく問い合わせ頂ければ、私と班長とコーディネーターが就業の希望をお聞きして橋渡しをいたします。

職種については向き不向きがあり、何でもできるという訳ではないですが、希望に沿った仕事があれば一生懸命やってみて下さい。適度な就業が運動になり、認知症予防になり、社会との繋がりを保つことができます。

また、一緒に就業した会員同士の繋がりも生まれます。

コロナ禍の規制が緩和された今春、班長・副班長8名と役員会を行い3年振りのブロック総会に向けて準備しています。

私の望みは、とにかく朝倉ブロックの会員さん達と対話し触れ合うことで、就業に付いての悩みを無くし、会員同士の繋がりを強くしたい。この一点にあります。その為の工夫を色々考えています。

今年のブロック総会では会員さんのご意見を沢山うかがい、朝倉ブロックの会員さん同士の結束を強くしていきたいと望んでいますので、ぜひ参加してください。

今回、武田ブロック長を取材

して思ったことは、高知市シルバー人材センターの16ブロック長の共通の悩みであり、ブロック長としての切実な声だったということです。

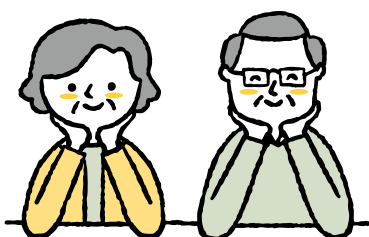
武田ブロック長は十年半ブロック長を務められております。トットツとした話し振りの節々から、誠実で責任感の強いお人柄がにじみでていきます。

この誠実なブロック長の他、朝倉ブロックにはコーディネーターが2名役員をしています。就業に関しては心強いブロックです。

どうぞ、武田ブロック長を頼って下さい。ブロック長も待っています。(池田)

連絡先 武田 昭男

〇九〇一七二二七六八七二





おしどり会員紹介

「押しかけ亭主」は

大正解！



潮江ブロック
杉谷兼幸さん(78歳)
豊美さん(79歳)

久しぶりの「おしどり会員」の取材は杉谷家。天神町の閑静な住宅街にあります。玄関に迎えられると、ガーデニングが好きな方だとピンと来ました。草花を育てることが豊美さんの生きがいで、自宅だけでなく就業先にも欠かさず草花を飾ってききました。

お話を伺った和室に通じる廊下の壁にはびっくりです。よさこい踊り子隊の額入り集合写真が2段にわたり数十枚整然と飾られて、まるでミニよさこい情報館です。

豊美さんがよさこいの大フア

ン、自分では踊りませんが、お子さんたちは幼少時から踊り続けて育ちました。成人しても学校や職場で踊り海外へも進出、今ではお孫さんたちも夢中です。応援団の兼幸さんと豊美さんを含めて、杉谷家は「よさこい大好きファミリー」なのです。

おふたりの会員歴は長く、兼幸さんは16年ほど、豊美さんは18年ほどになります。兼幸さんは入会して1年間は帯屋町で自転車整理、その後イオンモールでカートの整理をしています。イオンモールでは30名のシルバー会員が4種類の就業をしています。兼幸さんはシルバー人材センター事務局との連絡役も務めています。

兼幸さんのシフト表を見せていただき、驚きました。「14時～23時（1時間の休憩を含む）」の就業が月に10回余りあります。天神町から深夜帰宅の自転車通勤は相当な体力を要します。ごく最近までさらに数種類の業務を請け負っていたという働き者です。

豊美さんは短期的な就業を色々と経験しました。中でも楽しかったのは、生姜の収穫です。中国や韓国の方々と他

言語が飛び交う中で仲良く就業できたのは良い思い出です。その後介護施設や大手家電店で働き、今は総合病院で医師や職員の身辺の世話や環境整備に携わっています。

おふたりの出会いは職場です。鉄工所で溶接をしていたエンジニアの兼幸さんと事務職の豊美さん。「押しかけ亭主」とは豊美さんの表現です。「こないはい人はいない」と親族一同が豊美さんの背中を押ししました。

兼幸さんはやがて大手材木会社に引き抜かれ、定年まで勤めあげます。この会社は集材の生産に力を入れており、高知駅、高知龍馬空港、牧野植物園、はりまや橋商店街木のアーケードなどに関わりました。兼幸さんの穏やかな語り口から、手掛けた仕事への静かな誇りを感じます。

元氣いっぱい豊美さんのもとに押しかけた若き兼幸さんとその熱意に生涯を託した豊美さんの決断は大正解でした。杉谷家の落ち着いた温かい雰囲気があるのを物語っています。3人のお子さんたちはそれぞれ独立、今はご夫妻の2人暮らしです。

趣味についてお聞きしました。

兼幸さんは山登りが日常生活の一部で、この辺の山は登り尽くしました。初日の出はいつも鷲尾山の山頂で拝みます。最終目標は富士山頂です。

豊美さんはガーデニングに加えて、ブルーレイの編集にはまっています。「私だけのお気に入り盤」を作って楽しんでいきます。

最後に写真撮影のためマスクを外していただきました。おふたりのチャイミングな笑顔があらわれました。ふとコロナ禍以前を思い出し、マスクのない日常が戻ることを願いながら杉谷家を後にしました。（重松）





Photo Gallery

「2ショット」
古味 勉 (理事長)



屋外で写真を撮り「散歩の相棒」としてこのコーナーにと思っていた矢先、散歩中に突然歩けなくなった愛犬(エル)。ヘルニアとの診断でフェンス内安静療養となった次第。ショックでしたが病院の先生も驚く速さで回復中です。写真は心配そうな？愛猫(キキ)との2ショットになりました。まだまだ一緒に散歩したいと思っているので、がんばって！

私は、宅老所たんぽぽ介良へ利用



シルバー人材センターにフラダンスのクラブがあることを知り早速入りました。先生もほがらかでにこにこしています。何よりもゆる〜りが良いです。

会員ひろば



ゆる〜リフラダンス
楽しんでいます

松岡 三紀子
大津介良ブロック

者として行っています。ここは自力で通える高齢者が集う憩いの場です。楽しく有意義な様々な取り組みをしていて、私も時々「フラであそぼう」と題して、他の通所仲間と一緒にフラダンスの基本ステップや、フラ特有の所作を楽しんでいます。先生がわかりやすく教えてくれるフラックス(童謡に合わせて身振り手振りを付けたもの)をノートに書きためておいて、仲間たちと大声で歌いながら踊っています。今は着なくなった手持ちのフラダンスの衣裳を貸してあげると皆の顔がほころび若返ります。シルバリーのクラブ仲間もみんなにこにこ、笑い声が絶えません。身体を動かして手足を伸ばしてとても良いリフレッシュになっています。

投稿募集中

● 会員ひろば

文字のみの場合 400字程度(原稿用紙1枚)
写真添付の場合 写真1枚、文字300字以下

● フォトギャラリー

- お気に入りの写真 1枚
- 簡単な説明(200字程度)

おねがい

原則は実名で。匿名希望の場合は理由を。趣旨を変えない範囲でご本人の了承の上、文章を少し変更することがあります。

配分金支払日・入会説明会予定日 令和5年4月~7月の予定

- | | | |
|------------|------------|--------------------------|
| ◎配分金支払日 | ◎入会説明会 | 原則、第3月曜日
午前10時~11時30分 |
| ● 4月17日(月) | ● 4月17日(月) | |
| ● 5月17日(水) | ● 5月15日(月) | |
| ● 6月15日(木) | ● 6月19日(月) | |
| ● 7月18日(火) | ● 7月18日(火) | |



編集室

■春らんまん、編集部総力取材の89号です。編集長の力作、特集「牧野植物園」と共に朝ドラをお楽しみください。晴れやかな桜の開花は出会いや別れの季節。吉村編集員、これからも会員として「いきがい高知」を支えてください。(重)

■春は出会いと別れの季節と言われますが「いきがい高知」に携わって一年。体調不良のため退く事といたしました。編集員は会報作りにとっても努力を重ねている事も知りました。事務局の皆様、池田編集長、重松編集員、卒業された阿部さん、本当にお世話になりました。心より感謝です。(吉)

■一年間、共に頑張った吉村さんが体調不良の為、退任します。「会者定離」ご健康をお祈りしております。ありがとうございます。(池)

■牧野植物園のレポートで博士が五台山で標本を採集し命名した草花が3種あると書きました。それは「ピロイドムラサキ」「ヒメサルダヒコ」「ヤナギイノコツチ」です。展示館近くに植栽しています。見つけて下さい。