

# シルバー くまとり

第52号 令和5年1月(2023年)



あけまして  
おめでとうございます  
令和5年 元旦



**【標 語】**

専心の 重ねし仕事  
味も出る  
広報委員会

**【写 真】**

サンゴジュの実(右)  
長池オアシス  
大森神社の初詣(左)

<撮影>カワセミ写真クラブ 中磯和義氏

**【目 次】**

理事長	年頭のご挨拶	・ 2	《私の履歴》	映画の思い出	・・・ 7
熊取町長	新年のご挨拶	・ 3	会員のちょっと「ひと言」	・・・	8.9
健 康	・・・	≪読みどころ≫	今年	は卯年	・・・
委員会	・・・	5	事務局	だより	・・・
働 く	・・・	6		年末年始の休業日	12
				編集後記	

<発行>

公益社団法人 熊取町シルバー人材センター  
広報委員会

住 所 泉南郡熊取町山手の台 1-8-4

電 話 072-452-8753

FAX 072-452-8759

H P <https://kumatorisc.jp>

メール [kumatorisc@key.ocn.ne.jp](mailto:kumatorisc@key.ocn.ne.jp)



<事業実績>

4年4月～4年11月 66,408千円

前年同期比 101.5%

<会員数>

209名 男145名 女64名

4年11月30日現在

## 年頭のご挨拶



理事長

森元 嘉武

あけましておめでとうございます  
 会員の皆様方には、お健やかに新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

さて、国は毎年敬老の日が9月にあることかどうかわかりませんが、9月に高齢者に関する統計を発表します。それによりますと、65歳以上の高齢者の人口は、3627万人で総人口に占める割合、いわゆる高齢化率は、29・1%となり過去最高を記録しました。総人口の約3割が高齢者で、さらに第2次ベビーブーム世代（1971年～1974年）の方々が65歳以上になる2040年には、総人口の35・3%が高齢者に

なるということが見込まれています。

少子高齢化が急速に進むとともに人口が減少する中、経済社会の活力を維持するため、国は、働く意欲がある高齢者がその能力を充分に発揮できるよう、高齢者が活躍できる環境の整備を目的として、「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」の一部を70歳までの定年の引き上げ、定年そのものの自体を廃止するなどの措置を講ずるよう努めることとするように、令和3年4月に法を改正しました。

このように政府も、高齢者の就業を後押しし、労働力の減少を穴埋めすることが狙いだと思えます。また、労働力調査によりますと、高齢者の就業者の雇用形態は、パートやアルバイトなど非正規雇用の人たちが多く、「自分の都合のよい時間に

働きたいから」という理由が一番多かったということです。シルバー人材センターでは個々人にあつた働き方、ワークシェアリングを行う働き方等々、これからも高齢者の働き方を実践していきます。

今後も、15歳から64歳までの「生産年齢人口」は減少することが予想されています。これからも社会のニーズに応えつつ、働く意欲が続く限り社会の一員とした取り組みを続けていこうではありませんか。コロナ感染症の収束は、いつになるかわかりませんが、コロナに打ち勝ち、新しい日常に向かって会員の皆様方と一緒に力強く歩んでまいりましょう。



## 新年のご挨拶

熊取町長 藤原 敏司



新年おめでとうございます。

会員の皆様方には、お健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

平素は、町政全般にわたり温かいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の収束が未だ見えない中、高齢者の方の交流が制限され「コロナフレイル」といった言葉も聞かれる状況です。貴センターにおかれましては、社会とのつながりが多い人ほど寿命が長いと言われている現代において、「自主・自立、

共働・共助」の基本理念のもと、高齢者が長年培った知識・経験・技能を生かして社会の担い手として長く活躍できるような事業を継続する中では、タピオステーションの運営や要支援者へのホームヘルプサービスなど、感染対策を整えながら地域社会の活性化に寄与されてきたことに対しまして、改めて心から敬意を表する次第です。

本町では、感染症対策として、PCR検査体制「熊取モデル」を基盤とする万全の検査体制を維持しつつ、関係機関のご協力のもと、ワクチンの早期接種への体制整備を図るなど、まん延防止に努めてきました。また、住民生活や経済の支援としてひまわりバスの無償化や地域振興券の配布など感染拡大状況等を見極めながら、きめ細かな支援を講じてきたところです。

今後とも、両者力を合わせて高齢者の社会参加や生きがいづくりの推進に引き続き取り組んでまいりたいと思っておりますので、皆様からの更なるお力添えを賜りたくお願い申し上げますとともに、この事態が収束し、今年こそは皆様が安心して充実した日々を過ごすことができますよう祈っております。

最後に、貴センターの今後益々のご発展と、会員の皆様のご健勝、ご多幸を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



## 「春夏秋冬」

## ゆるく、楽しく、簡単に。

人は誰でも健康でありたいと願う。だから衣食住を問わず、あらゆるところで健康グッズが出回っている。何を選べば身体の健康維持に役立つのでしょうか、迷ってしまいますね。そんな時、ある本が目にとまりました。『つぶやき養生春夏秋冬、12カ月の「体にいいこと」』です。著者は櫻井大典（国際中医専門員、漢方コンサルタント）。ゆるく、楽しく、簡単に。ということ、少し呟いていただきましょう。

春の養生（2月～4月）イライラと喉に焼イチゴ。胃腸の調子がおかしい人はお豆腐を食べると良いですよ。誰かがやつてる健康法があつてゐるとは限りません。

しっかりと噛みましょう、特に一口目は100回噛みましょう。夏の養生（5月～7月）夏はコーヒーよりも紅茶。しんどい時は自分の心の赴くままに、やりたい事をしてみてください。遅く寝ても早起きをする、早起きも立派な養生です。秋の養生（8月～10月）特にゆつくりしたりして、焦らずできなかった事を悔やまずおおらかに構える心持ちが大事です。老化を遅らせたなら歩く、腰を冷やさない、この2つを守ってください。免疫力を上げる方法は笑う、歩く、早く寝る、深呼吸など全部タダです。冬は食べていただきたい食材。エビは食べていただきたい食材。冬場に特に冷やしてはいけない箇所は「頭、へそ、関節」です。元気がない、胃腸が弱いという方は玄米は基本不向きですよ。

きょう、「イク」  
きょう、「ヨウ」  
元気のもと!!

…あたりまえの事をあたりまえにやり続ける大事!! 興味のある方は書店でどうぞ!

日本人の平均寿命は男81・41歳、女87・45歳。そして健康寿命は男72・68歳、女75・38歳です。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」をいう。また、健康寿命を延ばすには、教育（きょうう行くところがある）と教養（きょうう用事がある）でできる。

養生を心がけ健康維持に努め楽しい、楽しい人生を過ごしたいものですね!

藤原



### ◆町民文化祭（バザー）出店

11月5日好天に恵まれた土曜日、コロナ感染症の関係で3年ぶりに開催された町民文化祭に出店しました。

午前10時からバザーが開始されることになっていましたが、始まる前からたいへんな人気で大勢のお客様が列を作りお待ちいただきました。

今年の販売は、日用品のほかに、手作りのかわいい雑貨などで、「とってもかわいいなあ」「こんなに安くていいの？」等々、お客様からお言葉をいただきながらも買っていただきました。

午後2時頃には、ほぼ完売状態となりました。バザーの商品を提供いただいた会員の皆様ありがとうございました。

### ◆清掃家事援助研修会を受講して

とても楽しい時間でした。私が思っていた掃除と同じ仕方もありましたが、へえー？と思う仕方もあり、勉強になり、掃除、片づけも力を入れすぎず、大真面目でなくても、いつもきれいにできるし、また見える方法を教えていただきましたので、少しずつ毎日実践しています。例えば、流し台、洗面所等使用した後はタオルで拭く、ついでに蛇口、カラン

昨年10月19日（水）、熊取交流センターで、「清掃をもっと楽しもう!!」～楽しく健康に生きるシニアの仕事術～をテーマに、お掃除コンサルタントの響城れい氏を講師に、研修会が行われました。



等を拭いておくといつも掃除が行き届いているように見えますから。なお、最後に「収納は、見せるだけではなく見えるを徹底に、置きっぱなしになりがちな物こそ、指定置き場所を決めておく。使う場所のそばに出し入れしやすくしまう」等…。

今年も、身も心もお家も美しく、健康に十分気をつけてお過ごしください。

街頭啓発活動

地域委員会で

は、去る10月18日  
(火) にスーパー  
万代熊取店、スー  
パー松源熊取五門



店の協力を得て、各店舗の入  
口付近で午前10時から正午ま  
まで、午後3時から午後5時  
までの2回にわたって、入会  
促進のためのチラシを配布い  
たしました。

大雨で中止となった年や、  
コロナの影響で4年ぶりの啓  
発活動となりました。買い物  
に訪れた方々と直接やりとり  
を行い、シルバー人材セン  
ターについて多くの方々にご  
理解をいただきました。

会員自ら啓発を行うことに  
より、多くの方々の入会に繋  
がることから、今後も機会を  
得てこの取り組みを継続して  
いきたいと思います。

★配分金収入のみで、103万円超の配分金収入がある方。  
(必要経費55万円+基礎控除48万円を超えるため)

★配分金収入の他に公的年金収入がある方。

(年間配分金 - 55万円) + (公的年金等 - 公的年金の控除額) (A)  
≧ (基礎控除額48万円 + 扶養控除額) (B)

配分金の  
確定申告について

シルバー人材センター会員がセンターより受  
け取る配分金は、所得税法上「雑所得」として  
取り扱われ、左記に該当される方は、3月15日  
までに所得税の確定申告をする必要があります  
のでご注意ください。なお、税務署等から会員  
の配分金について、情報の提供を求められるこ  
とがあります。個人情報理由に拒否できません  
るので、ご承知おきください。

(A) 公的年金 (国民年金・厚生年金・共済年金等) の控除額

※公的年金等に係わる雑所得以外の所得に係わる合計所得金額が  
1,000万円以下の場合

●受給者が65歳未満 (昭和33年1月2日以後生まれの場合)	
公的年金等の収入額	公的年金の控除額
① 130万円以下	60万円
② 130万円超 410万円以下	年金収入 × 0.25 + 27.5万円
③ 410万円超 770万円以下	年金収入 × 0.15 + 68.5万円
④ 770万円超 1,000万円以下	年金収入 × 0.05 + 145.5万円
⑤ 1,000万円超	195.5万円

●受給者が65歳以上 (昭和33年1月1日以前生まれの場合)	
公的年金等の収入額	公的年金の控除額
① 330万円以下	110万円
② 330万円超 410万円以下	年金収入 × 0.25 + 27.5万円
③ 410万円超 770万円以下	年金収入 × 0.15 + 68.5万円
④ 770万円超 1,000万円以下	年金収入 × 0.05 + 145.5万円
⑤ 1,000万円超	195.5万円

(B)

控除対象配偶者及び扶養親族  
の数に応じた額

扶養控除 = 被扶養者1人あたりの控除額 (表) を扶養人数に乘じた金額

※配分金収入と年金収入  
以外に収入のある方は、  
詳細については税務署に  
お尋ねください。  
**泉佐野税務署**  
**072-462-3471 (代)**

区 分			控除額	扶養控除額
配偶者控除対象	一般 70歳未満	通常	38万円	配偶者控除 (38万円)
	老人 70歳以上	通常	48万円	老人配偶者控除 (48万円)
扶養親族	一般 16 ~ 18歳	通常	38万円	配偶者控除 (38万円)
	一般 23 ~ 69歳			
	特定 19 ~ 22歳	通常	63万円	特定扶養控除 (63万円)
	老人 70歳以上	通常	一般	48万円
同居			58万円	老人扶養控除 (48万円) + 老親同居 (10万円)

## 《私の履歴》 映画の思い出

## 『人間の条件』

父の本棚から

父親の本棚に6冊の本が並んでいました。大学生であった私は、これを1日1冊、1週間かけて読みました。それから、当時大阪の堂島にあった「毎日ホール」での一挙上映会に、母親にお弁当を作ってもらって出かけました。作品自体は、1959（昭和34）年から1961（昭和36）年に三部作として公開されたものです。おそらく昭和50年ごろの再上映（一挙上映会）に出かけたと思います。今から47〜48年も前のことでした。

物語は、中国の東北部にあった満州が舞台で、鉄道建設のため技師として満州に赴いた主人公が遭遇した物語です。現地の人々の悲惨な労働環境や軍部とのやりとり

のなかで軍部に反抗的なことをしたということ招集され、当時最強と言われていた関東軍に入隊してソ連国境付近に派兵され、そこに終戦間際にソ連が進行してくるというもので、武器弾薬もなく濠を掘って戦車の下に潜り込み火炎瓶で攻撃をするといったことなどが描かれています。その後、終戦となり捕虜となって極寒のシベリア地方に送られ、役務に従事させられるというものです。主演は若き日の仲代達矢さんで、多くの舞台で活躍されていた俳優さんたちが出演していました。

戦争というものは、いかに理不尽であり人々の生活や営みを破壊するものかということ、9時間半にわたって描いた作品です。監督の小林正樹さんご自身も、沖縄での捕虜収容所たるものを経験さ

れているということで大変な苦勞もされています。その後、同じ五味川順平さんの原作で『戦争と人間』という作品が日活で映画化されました。この時は、平和な時代の映画化ということで、ソ連軍の協力のもと濠を掘って戦車の下に潜り込むシーンが撮影されています。

この前、老人福祉センターの本棚に置いてあるのを見つけた。興味のある方は読んでみられたらどうでしょうか。

(西)

## 《私の履歴》について

日暮れの畦道、裏山の雑木林、稲刈りあとの田んぼ、懐かしく何とも切なく思ひ出されます。あの頃聴いた音楽、熱中したこと、誰にでもひとつはあるのでは大切な思い出が。同じ時代を歩んだ足跡（履歴）を、懐かしく偲んでみたいと思います。

会員の  
ちょっと  
「ひと言」



▼2022年は、国内外で、過激な出来事が多く発生した。国内では、世論の分断政治。20年前から宗教集団が与えた寄付行為、選挙に強い影響力をもたらした。その他、オリンピックなど多数の問題。国外では、ロシアによるウクライナ侵攻による領土問題。このことは、日本も他人事ではない。円安が続き、物価高。不安である。これらは、まだ解決していない。

N・I

▼娘が、嫁ぎ先のキッチン・お風呂等のリニューアルで3週間ほど我が家に里帰り。私と妻の二人暮らしのなかに娘が加わり、会話の

少なかった我が家に明るい声が響きわたっていた。特に妻は娘との会話もはずみ、料理にも熱が入り、私も嬉しく楽しい日々でした。

藤原

## ▼「南京玉すだれ」とは…

ひよんなことから、南京玉すだれを始めました。発祥の地は富山県南西部に位置する五箇山です。江戸時代にひとつの芸となり、独立して、旅芸人や富山の葉売りが客寄せのために道端で演じたのが、南京玉すだれと言われています。祝い事や新年会などで、「まづはご免被りまして…アツサテ、アツサテ、サテサテサテサテ、さても南京玉すだれ。世にも不思議な玉すだれ…」と、披露したいと思っています。

宮崎

## ▼日本一、紙一重!

昨年プロ野球日本シリーズは、オリックスが26年ぶり優勝を決めた。オリックスは苦戦続きで1勝2敗1分を受けての第5戦、それまで、完璧な中継ぎの投球を果たしてきた、山崎(颯)、宇多川をなぜか外した、理解不能だった! VV 試合は予想通りの接戦となり6回には案の定ヤクルトに逆転され、あわやこれまでかと思っていたところ、9回裏2死、吉田正尚の奇跡的な逆転本塁打が生まれた。その後、連勝の波に乗り日本一となったが、まさに第5戦こそが天下分け目の戦いであつたと思う。

新野田ワイワイ



## ▼爺(ジイジ)と孫の珍道中

「だんじり祭り」の日、ふたりで東京に社会見学に行ってきた(爺77歳・シルバー、孫11歳・小6)。1日目、10時20分東京着、世界で一番高い東京スカイツリーへ。ガラス張りの天望回廊より東京の絶景を満喫。浅草駅から雷門、宝蔵門まで続く仲見世を散策、浅草寺でお参り。周辺を人力車に乗って隅田川沿いの絶景ポイントまで30分間のレトロさんぽ…。地下鉄で本日の宿「品川」へ。2日目、築地市場で朝食をとり銀座、皇居、国会議事堂へ。渋谷ではスクランブル交差点の人の多さに驚き、駅に設置してある岡本太郎作『明日の神話』に感動、忠犬ハチ公様に挨拶をすませ、新宿東京都庁へ。45階展望室では孫が飛入りでピアノ演奏、驚くと同時に孫の成長を実感した1日でした。新宿をブラ

歩きし最後の宿「東京ドーム」へ。3日目、江戸時代からにぎわう日本橋で歴史を感じるまち歩き。「汽笛一声新橋」をまわり、旅の終わりのお台場に。フジテレビ本社を見学し東京駅へ…。私が初めて来た時、東京は都電が走り高層ビルもなかった。

ほろ酔いシルバー

## 同好会活動

## ▼池田の史跡を巡る一遊歩会

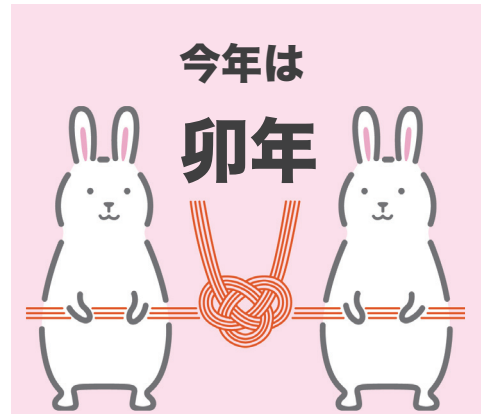
11月5日(土)晴天、絶好のピクニック日和にて10名(男8、女2)は池田を目指した。池田市は人口10万人余りの大阪の衛星都市として発展し自動車工業、また園芸農業が盛んな街だ。最初に訪れたのは阪急グループの創始者、小林一三の旧邸「雅俗山荘」を中心に一三記念館を見学、逸翁美術館を經由して池田城跡公園へ。豪族

池田氏の居城跡地を公園として整備されていて、櫓風展望休憩舎からの眼下に広がるパノラマは絶景でした。樹木が見事に整備された庭園で昼食、心癒されるひと時であつた。

その後、遊歩散策して五月山公園へ。季節の桜、ツツジ、モミジが有名で、今日は晩秋のもみじ狩りを楽しみながら、ウォンバットやワラビーなどが見られる動物園(無料)を見学、園内には多くの家族連れであふれていた。

公園を下り、最後に訪れたのは、インスタントラーメン発明記念館(安藤百福)。開発当時(昭和33年頃)などのいろいろな様子が展示されていて、実食コーナーは大変な賑わいであつた。いつの間にか時間も経ち、秋の夕陽のつるべ落とし、となる前に一路帰宅の途に着きました。

矢島



「年男・年女」

卯年生まれの会員さんにお聞きしました。

【質問内容】

- ① 今まで (の人生において) 楽しかったことや苦しかったことなど。
- ② 健康のために気をつけていること。余暇の過ごし方、趣味など。
- ③ その他。



年 男 ・ 年 女

◇堀口純子

- ① 先日、左足の指を骨折したのですが、左足のかかとで歩く毎日。不自由で歩きづらく自由に歩ける大切さをつくづく感じました。治ってまた普通に歩けることに感謝しています。
- ② 日々、少しでも歩くことを心がけています。

◇米田智江

- ① 気づけば年女、受け入れ難い現実です。兄が亡くなったこと。良い仲間や友だちが、たくさんできたこと。
- ② 学生時代から続けているテニス。67歳で始めたゴルフ。ソーイング、手芸仲間との交流等。
- ③ 辛く悲しいことは忘れ、ちよつとだけ社会参加もして、健康であることを目指します。

◇宮崎省五

- ① 心がけているのは、マスコミに左右されないこと、自分の時間

年 男 ・ 年 女

- ③ クラブ活動の充実を!
- を大切にしていること。夜寝るとき、今夜はどんな夢を見るのかな? と、おもしろおかしく寝ることにしています。
- ② 生涯学習を実践して、いろいろな人との出会いを大切にしていること。

◇田村義彦

- ① 孫が4名になり関東方面への旅行が増えた。歳より若く見られる(笑)。
- ② 昼カラオケ&昼飲み(笑)。

◇元浦秀樹

- ① 帰ってくる予定でなかった熊取に50年ぶりに帰って来れたこと。同窓生が声をかけてくれて、いろいろ助かっています。
- ② 自転車での移動。図書館を利用しての読書。
- ③ 熊取は昔の面影が全然ありません。

年 男 ・ 年 女

2023

◇岩崎雄二

① 過去に苦楽共に経験してきたと思うが、70歳を過ぎた今はすべて忘れた。今年でいえば、結婚記念日の11月2日に、妻と北新地の料亭でおいしい食事をして語り合ったことが嬉しかったことかな。

② 60歳になった年の3月31日付けで定年退職を迎えたのを機に、禁煙したが、これは健康のためというより、たばこが値上がりし続けたのでやめた。釣り、ゴルフ、園芸等の趣味はなく、しいて言えばウォーキングで月に200キロ以上を目標としてクリアし続けている。

雑感  
年頭



共存しながら  
日常を取り戻そう!

新型コロナウイルスによる危機も2年以上に及んでいます。コロナは人を遠ざけ、人をうつつ的に、潔癖症にもしていきます。このコロナ禍で、価値観も大きく変化し、生活習慣も変わりました。さまざまな自粛・禁止・忍耐等が強いられることになり、今まで推奨されていた人とのふれあいや、楽しい食事ができにくくなつたからです。

例えば、ワクチンを打つてもさらに感染対策が求められ、飲食店などの苦悩も続くし、不要不急の外出も制限されます。これまで賞賛されてきた皆勤賞は全く意味がなく、熱が

あつても仕事に行くなど、もつてのほかになり、大声で歌ったり話しをしたり、また、にぎやかに楽しく飲食をすることが「悪」のようになりました。

パソコン・携帯・スマホにより、人と人との関わり方が変化し、心を伝えることがむずかしくなりました。家から出なくても情報が入り、買い物ができ、ある意味楽しむこともできる。そのような現実の中で、病気になるなくても主体性を見失っている人、特に高齢者や疎外されたと感じている人がたくさんいます。

主体性を補うには、そして共存しながら日常生活を取り戻すには、コミュニケーションの仕方などを含め、新しい生活様式を受け入れて、長時間を覚悟することになりそうなので、より一層の体力・気力・余力が必要となりそうです。

宮崎省五

## ●定時総会開催日のお知らせ

来たる 5 月 26 日 (金) 熊取交流センター (煉瓦館) コットンホールにおいて、第 22 回定時総会を開催します。詳細は、後日お知らせします。



## ◆事務局の年末年始休業日について

12 月 29 日 (木) から 1 月 3 日 (火) まで  
(1 月 4 日 (水) から平常どおり営業)

◆会報に掲載する標語、川柳、表紙の写真 (町内で撮影) をはじめ「会員のちよっと一言 (趣味、働く喜び、生きがい等、日頃の生活の出来事など)」など募集しています。採用された作品は、会報に掲載させていただくとともに、粗品を進呈いたします。積極的に投稿してください。

FAX: 072-452-8759

E-mail: kumatorisc@key.ocn.ne.jp

## <編集後記>

会員の皆様、明けましておめでとうございます。本年も何卒、ご支援賜りますようお願い申し上げます。昨年は、カタールでのサッカー W 杯で、日本が大番狂せを連発し列島を沸かせましたが、年間では厳しい出来事が多く、私たち庶民も何かと影響を受けたように思います。今年こそは良い年になってほしいとの私たちの願いが、叶えられますよう心より祈り上げます。今年が卯年、うさぎは跳ね上がる特徴があるため、景気が上向きに跳ねる、回復するといわれており、株式市場では、縁起の良い年として歓迎されています。みなさん、今年も体調堅持で元気いっぱい跳ね上がりましょう!

広報委員長 矢島

## ●会員を募集しています

今年度も入会者が少なく、業務内容によっては支障がみられる場合もあります。会員の皆様のご友人やお知り合いの方々に、入会をお勧めいただければ幸いです (会員による 1 人 1 会員入会活動をお願いします)。

入会説明会は、1 月 25 日 (水)、2 月 22 日 (水)、3 月 22 日 (水)、4 月 26 日 (水)、5 月 24 日 (水)、午後 2 時からシルバー人材センター会議室で行っています。



## ●アドプト・ロード・シルバーに

### ご協力ください

当センターでは、地域貢献活動の一環として、町と協定し年間 6 回「くまとりアドプト・ロード・シルバー」(ボランティア活動)に取り組んでいます。会員の皆様の参加をお待ちしております。

- ・取組日 偶数月の第 3 水曜日
  - ・時 間 午前 10 時 (8 月は午前 9 時)
- センター会議室に集合
- 雨天の場合は翌週水曜日

場所は、センター正門前道路 (町道山の手台 1 号線) の清掃。

