

# 輝き

- 総会は規模を縮小して
- 健診に行きましょう
- 災害時の警戒レベルの変更
- 前回の東京オリンピック
- 事務所の入口リニューアル

公益社団法人

編集・発行／丸亀市シルバー人材センター  
〒763-0065 丸亀市塩屋町五丁目6-1  
TEL (0877) 23-6215 (代)  
E-mail:marugame@sjc.ne.jp  
<https://webc.sjc.ne.jp/marugame/>



会員数 令和3年7月31日現在  
885人 (男507人・女378人)



丸亀市生涯学習センター（昭和49年11月「丸亀市総合会館」として開館  
平成12年4月「丸亀市生涯学習センター」と名称変更）

（写真撮影：川西町・石井誠一）

# 令和3年度 第40回定時総会が開催される 勧誘活動の持続化と 組織の強化・充実

令和3年5月28日（金）節目の第40回定時総会が当センターの2階会議室で開催されました。

今年の総会は、会員952名のうち、委任状による代理出席者を含めて661名が参加しました。

理事長の挨拶のあと、20年、15年、10年の長期継続会員55名に対し、表彰状等が贈られました。

## 理事長挨拶の概要

今年度の総会も新型コロナウイルス感染症予防対策として規模を縮小して開催しました。今年に入りましてウイルスはより感染力の強い変異株（デルタ株）の感染が急速に進み、



密を避けた全体会の様子

大都市同様に、丸亀市でも、今までの対策を講じなければならぬ状況です。

本来ならば設立40周年事業として、ご来賓をお招きし、記念式典やアトラクションなどを大々的に催し、会員の皆様にお楽しみいただく計画でしたが残念です。

昨年度の活動実績は、議事の中で説明しますが、年度末の会員総数は、前年度から38人少ない952人です。

また、請負・委託・派遣合計の事業実績は、約4億7522万円で、前年度比約7%の減額です。

いづれも、年度当初では、その倍以上の減少・減額もあり得ると考えましたが、下半期において、会員の皆様はじめ、役員・職員がコロナ禍での三密回避への取り組みを徹底しつつ、発注者の活動状況をしつかり把握し、ニーズに的確に応えた結果です。

現在、香川県下では、5月9日から「緊急事態対策期」へ移行し、5月末まで不要不急の外出の自粛や集客施設に関係する事業者に対し、協力が求められています。そ



和昭さんのため丸亀の城天守閣や福祉センターの入浴施設などが休館中です。今後は、ワクチンの接種が進んでいくものと期待しております。

また、会員の増強については超高齢化社会を迎えたことに加え、雇用延長により入会年齢が徐々に高くなってきた状況の中、会員の確保についても、新型コロナウイルス感染症対策の影響を現在も受けています。

シルバー事業を維持、発展させるためには、会員の増強が重要です。ワクチンの接種が進み、効果が表われて環境が整いましたら「ロコミ運動」やチラシ配布に取り組んでいきます。

最後に、本日の議事は、「令和3年度事業計画及び収支予算等の報告」など報告事項3件と「令和2年度事業報告及び収支決算」、「定款の一部改正」と「役員選任」の決議事項4件となっております。スムーズな議事進行に努めますのでよろしくご審議ください。

## 表彰を受けた方々(敬称略)

20年表彰 小松巨治・山下 眺

中山正子 (以上3名)

15年表彰 中野和子・徳井廣子

東 寛治・熊谷勝子・笠井好太郎

原田瑞子・時岡 護・坪内勝春

福岡一義・弘田初子・大西隆子

岡本弘行・杉 公加・平井宣彦

白鞘哲雄・長尾明美・岡野和子

加藤 俊・福田信一・大西恵美子

藤本光明・本川敏春・溝田和昭

植松勝征・石井誠一(以上25名)

10年表彰 遠藤典子・奥田 武

室津 始・今川 等・渋谷永記

今城健次・田尾マツ子・小野 寛

遠山久代・西川俊紀・山本博之

松村 武・田邊 治・桂 潔

大平郁夫・千葉秋男・浜口勢津子

山本 優・山川輝士・横山恵二

奥井俊文・玉川晴彦・稲田勝英

知恵 勲・山岡洋子・田中富榮

佐藤信子 (以上27名)

## 令和3年度役員

(○印は新任)

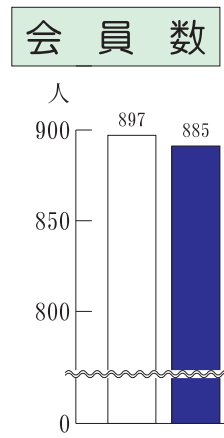
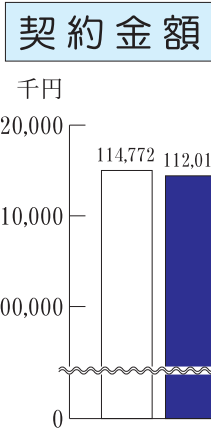
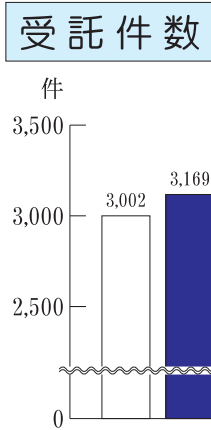
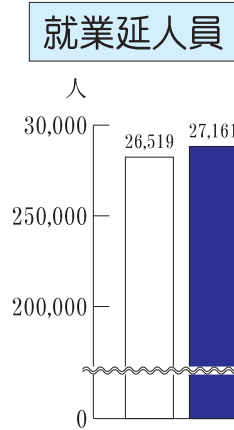
理事長	中川 智司
副理事長	奥田 道大
常務理事	佐岡 人志
理事	宮本 克之 牧野 稔
	橋 公加 ユズリハ 八十三 幸 司 修
	渡辺由美子 ○中山 幸 司 修
○工藤香代子 ○山本 修	
○岡田 敏明 ○大山 修	
監 事	○横山 孝信
亀野 忠郎	

シルバー事業実績

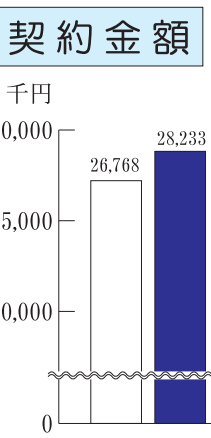
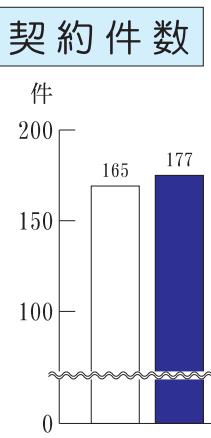
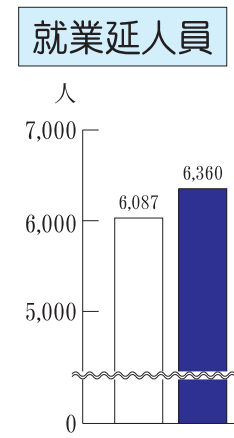
前年度との比較

3年7月31日現在  
2年7月31日現在

《請負事業》



《派遣事業》



新入会員紹介 (令和3年4月～7月まで) 49名

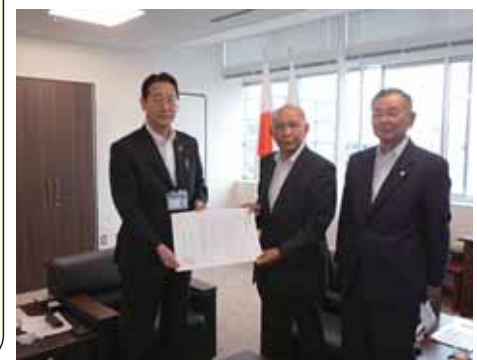
氏名	住所	氏名	住所	氏名	住所
平野 勝子	御供所町	福家 綾子	城 東 町	青井 晴美	飯 山 町
郡家 英喜	飯 山 町	新田 節子	飯 野 町	久保 幸蔵	飯 山 町
森野 正美	柞 原 町	小幡 誠良	城 東 町	菅原 文隆	川 西 町
越智 建次	三 条 町	大西 哲夫	土 器 町	高橋 義雄	川 西 町
吉村実枝子	飯 野 町	白井 繁信	土 器 町	坂井 恒夫	川 西 町
琢磨 久幸	津 森 町	宮本サト子	手 島 町	戸田 治郎	三 条 町
平尾 嘉信	幸 町	東山 源太	富士見町	鎌倉のり子	垂 水 町
森脇 幸男	土 居 町	長尾ヤエ子	綾 歌 町	西 久美子	川 西 町
松本 明巨	西平山町	多田 教次	郡 家 町	稲角 洋一	飯 山 町
島田 晴夫	川 西 町	尾添 和子	川 西 町		
横井 知昭	土 器 町	渋谷 弘子	山 北 町		
長尾 良清	垂 水 町	川口 弘子	三 条 町		
山本 幸重	飯 山 町	出口 光久	川 西 町		
岡部 清	綾 歌 町	行成 良司	郡 家 町		
宇治田昌幸	飯 山 町	中村 健一	飯 山 町		
岩井 由紀	飯 山 町	黒木 幸教	綾 歌 町		
松本 涉	今 津 町	平尾美代子	飯 山 町		
馬原 正幸	川 西 町	岡根 明	柞 原 町		
中村りつ子	今 津 町	三笠 通博	飯 野 町		
直井 渡	金 倉 町	青井 英志	飯 山 町		

ターの実績や活動内

8月12日(木)に 容を報告し、これまで理事長・副理事長・常務理事の理事3名と事務局職員2名で 市長からは「引き続き、シルバー人材センターの活躍を期待しています」とのお言葉を頂きました。

市長・市議会議長への支援要請

シルバー会員になられた20年以上ご活躍されている会員がいます。新入会員の方も永年の知識と技術を生かして健康で長期継続されることを祈ります。(編集部)



健康を守る

61

「健診に行きましょい」

皆さんはもう今年度の特定・後期高齢者健康診査を受けられましたか？実は、健診を受診することは、新型コロナウイルス感染症（以下コロナ）対策にもなります。既に健診を受けた人は健診の大切さの再確認をしてください。まだ受けていない人は今後後悔しないために、ぜひ受診してください。

〈健診を受けると良いこと〉

皆さんもご存じの通り、健診を受けるると高血圧や高血糖、肥満などの生活習慣病を、早期に見つけることができます。それだけでなく、依然と落ち着きをみせないコロナに対しても良い効果があります。それは、『コロナに感染した時に重症化しにくくなる』ということです。

生活習慣病がある人はない人と比べて、コロナに感染した時に重症化しやすいと言われています。コロナの重症化リスクとなる基礎

疾患には、肥満や心疾患などの生活習慣病が多く含まれています。そのため健診で生活習慣病を早期発見し、生活習慣を見直し、改善していくことで、コロナに感染しても重症化しにくい身体を作ることが出来ます。

また良い生活習慣を身に着けることで、コロナに感染しにくくなる効果も期待できます。コロナの重症化予防には、ワクチン接種に加えて健診を活用した健康づくりが大切です。

〈健康診査の種類と対象〉

- ・ 丸亀市国保特定健康診査 40歳～74歳の丸亀市国保加入者
- ・ 後期高齢者健康診査 75歳以上の後期高齢者医療制度加入者

\* 65歳～74歳で一定の障害がある人も含む

〈健診内容〉

- 身体計測・血圧測定・尿検査・診察・血液検査（肝機能・腎機能・脂質・血糖・貧血）・心電図検査



〈実施期間・受診方法〉

どちらの健診も医療機関で受けられるのは10月末日までです。医療機関での健診をご希望の方は、診療時間内に直接ご予約ください。集団健診についてはお送りしている日程表をご確認のうえ、ご予約ください。

丸亀市健康福祉部健康課提供  
☎ 24-8806

簡単な料理 (61)

蒸しなすの薬味たたき



材 料 (2人分)

なす	140g
青ねぎ	20g
しょうが	10g
青しそ	1g
みそ	小さじ2

作り方

- ①青ねぎとしょうがをみじん切りにする。青しそは、千切りにする。
- ②なすの皮をおき水洗いをしてラップで包み、電子レンジで3分加熱する。
- ③なすを水でひやす。
- ④なすに青ねぎとしょうがと味噌を加えて包丁でたたく。器に盛り、青しそをのせる。

★ 1人分のエネルギー 31kcal たんぱく質 1.8g  
脂質 0.4g カルシウム 30mg 鉄 0.6mg 食塩 0.8g

(丸亀市健康福祉部健康課提供)



※受診券は5月末に個別通知しています。

健診を受けて感染症に備えましょう！



丸亀市健康増進計画  
「健やか まるがめ21」  
マスコットキャラクター  
元亀(げんき)くん

## 災害時の警戒レベルが変更されました

警戒レベル	住民がとるべき行動	住民に行動を促す情報 避難情報等	住民が自ら行動をとる際の判断に参考となる情報 (警戒レベル相当情報)	
			防災気象情報	
			洪水に関する情報	土砂災害に関する情報
<b>5</b>	命の危険直ちに安全確保!	緊急安全確保	<ul style="list-style-type: none"> <li>・氾濫発生情報</li> <li>・大雨特別警報(浸水害)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大雨特別警報(土砂災害)</li> </ul>
<b>4</b>	危険な場所から全員避難	避難指示	<ul style="list-style-type: none"> <li>・氾濫危険情報</li> <li>・洪水警報の危険度分布(非常に危険)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土砂災害警戒情報</li> <li>・土砂災害に関するメッシュ情報(非常に危険)</li> </ul>
<b>3</b>	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難	<ul style="list-style-type: none"> <li>・氾濫警戒情報</li> <li>・洪水警報</li> <li>・洪水警報の危険度分布(警戒)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大雨警報(土砂災害)</li> <li>・土砂災害に関するメッシュ情報(警戒)</li> </ul>
<b>2</b>	避難に備え自らの避難行動を確認	洪水注意報 大雨注意報等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・氾濫注意情報</li> <li>・洪水警報の危険度分布(注意)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土砂災害に関するメッシュ情報(注意)</li> </ul>
<b>1</b>	災害への心構えを高める	早期注意情報		

集中豪雨や台風などによつて、水害や土砂災害などの災害が発生するおそれがある時、どのタイミングで避難しますか? 災害発生時の危険度と住民の方々がとるべき行動を5段階の『警戒レベル』をお伝えします。令和3年5月からは

「警戒レベル4までに必ず避難!」に変更されました。これを機会に家族の方々と今一度「とるべき行動」を話し合い「自分の命は自らが守る」という意識を持って、適切な避難行動をとりましょう。



資料:内閣府「避難情報に関するガイドライン」より

※市町村が発令する避難指示等は、市町村が総合的に判断して発令するものであることから、警戒レベル相当情報が出されたとしても発令されないことがある。

### 丸亀あちこち

## 10年前の記念植樹

今年で「丸亀市シルバー人材センター」が設立されて40周年を迎えました。10年前に記念植樹された「ギンモクセイ」がどこに植えられているかご存知でしょうか?

大手町の「市民ひろば」の東中央口と公衆トイレの間付近に植えられており、根本に「丸亀市シルバー人材センター設立30周年記念植樹」の小さな標柱があり、裏側に平成23年4月29日の植樹日が記されています。この樹木は10年を経過して樹高は約2.5m、樹冠幅は約1.5mに成長しています。市民広場で見つけてみましょう。(誠)



# 会友 文芸



## 短歌

土器町 山本 智子

哲学の本に出合えて人生が

楽しく嬉しく心美人

楽しいと指おり数え学び来る

幼き子らの手紙に涙

郡家町 田村てる子

ホツとしたコロナ接種も無事終わ

り真昼のうたたね熟睡す

半夏過ぎ一息つけば梅雨真中

猛暑と豪雨かここぞと襲う

山北町 渡辺由美子

このところひどい物忘れ頂いた

茗荷のせいにしておこうかな

一叢の小さきダリア赤も黄も

夏のひかりに誇らかに咲く

## 川柳

川西町 石井 誠一

誘致する五輪の度に街変わる

新種目のメダルは十代に

## 〈私の初仕事〉 60

### よみがえる資源



柞原町 岡根 明

私はJR四国を今年の四月末に退職するまで、車両の修繕及び列車の運行計画などの業務を行っていました。

しばらくは、のんびり過ごそう

## 草花と私

### 趣味ざんまい 67

飯山町 曾我部博子



いつの頃からか、草花の世話をすることが日課となっています。

子どもの頃、母が田の一角を畑にして仏壇に供える花を植えて大

と書いていきましたが、六月よりクリントピア丸亀エコ丸工房で、リサイクル自転車の点検・整備、リユース品の清掃などの業務をさせていたでいます。

以前より休日は、自転車及び原付バイクの修理や整備をしていて、趣味の延長と言え業務に就いて、大変嬉しく思います。今回それを生かせる仕事に巡り会えて良かったです。

少しでも地域に貢献でき、長く続けていきたいと思ひます。

切に育てているのを見ていましてが、私も今、同じ様なことをしています。

春に咲く花は、秋の彼岸の頃に、夏に咲く花は春の彼岸頃に種をまき、芽が出て本葉が出ると仮植えし、少し大きくなると定植です。虫がついたり病気になったり、肥料の加減で、店で売られている様なきれいな花はなかなか咲きませんが、それでもつぼみがつき花が咲くとつい顔がほころびます。

じつと花に見とれて時が経つのを忘れても色や形、大きさが微妙に違い、それぞれに美しさを感じます。花を見ていると穏やかな気分になれる、何かしら楽しいです。

## 「輝き」に寄せられた 代表的な感想文

(順不同)

「輝き」118号より、良かった記事は「事故と対策」です。細心の注意をはらい、安心・安全な作業を行いたいものです。

(飯山町 竹林 敏一)

令和3年3月22日、丸亀市新庁舎が5代目庁舎の正面にオープンしましたが、大きいですね。コロナ予防ワクチン接種もはじまっています。健康管理に気をつけて、頑張ります。

(金倉町 大東 忠雄)

お仕事を一緒にして教えていただき、大変お世話になっていた方が2月頃亡くなっていたことを118号で知り、とても悲しかったです。

(新浜町 小坂 順子)

「懐かしのふるさと」29より、昭和39年私が14歳の時。第18回東京オリンピック。鉄筋コンクリート造りエレベーター付き市役所の完成。あれから57年。令和3年丸亀市新庁舎オープン。「輝き」表紙にはシンボルの丸亀城。左手前の新庁舎。アングルがとてもすばらしい。(十番丁 山下 正利)

懐かしのふるさと

30

川西町 石井 誠一

前回の東京オリンピックを思い出して

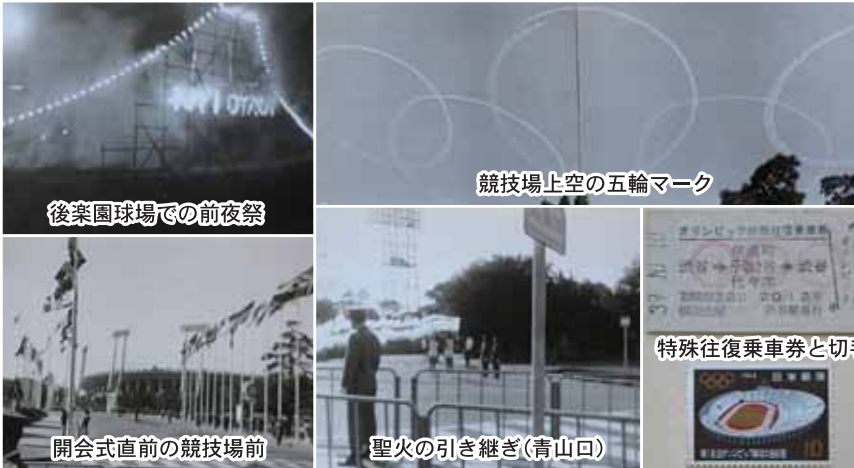
前回のオリンピック聖火は9月20日に徳島県から高松に入り、フェリーで岡山県に渡ったため、丸亀は通りませんでした。当時学生だった私は、高松市役所前で聖火を迎えました。そして10月10日には東京の国立競技場東側の「明治神宮外苑」で集合した94か国の選手団の「入場行進」と「聖火」の引継ぎ入場、空に描かれたブルーインパルスの「五輪マーク」、競技場内の歓声など、思い出されます。前年の11月に通信衛星による日米のテレビ中継の成功により、世界にオリンピック競技の中継が可能と



宇高フェリー前

高松市庁前

最後の特急富士(東京~宇野)と開業前の「ひかり」39.9.30



後楽園球場での前夜祭

競技場上空の五輪マーク

開会式直前の競技場前

聖火の引き継ぎ(青山口)

特殊往復乗車券と切手

なりました。カラーテレビの普及は1970年代でした。今回の聖火リレーは県内各地を回り、丸亀には4月17日雨の中、丸亀駅から市役所前を通り、丸亀城まで走りました。7月23日に開幕した開会式は「光の芸術」といえる演出で、半世紀を過ぎても技術の進歩に驚かされます。競技種目の増加(特に女子種目)と参加国・地域は倍増しました。ただ、この暑い真夏の開催は避けてほしかったです。

懸賞問題

数独にチャレンジ 21

2つある二重枠に入る数字の合計はいくつになるでしょう

Sudoku grid with numbers and two double-line boxes.

ルール ●あいているマスに1~9までのどれかを入れます ●タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3x3のブロック(9マスのブロックが9つ)のどれにも1~9までの数字が1つずつ入ります。

応募方法

- ①ハガキに答えを書いて、丸亀市シルバー人材センター事務所へ送る。
②または、事務所に備え付けの応募用紙に記入する。
(締切日) 9月30日(木)
(当選発表) 事務所内に掲示。
(賞品) パズル正解者の中から抽選で5名に粗品進呈。

※答えの応募時に、会報誌「輝き」の特に良かった記事、印象に残った記事、役立つ記事をお聞かせください。

輝く仲間 19 城内清掃班(2班5名)



中岡 聡さん
大林 貞夫さん
西田 恵夫さん
大久保 伸義さん
大岡 俊一さん

丸亀城内の除草・清掃を行います。1週間交代の2班集体で就業しています。夏場は草が伸びるのが早く、草刈りが大変です。熱中症に留意しつつ、チームワークを大切に毎日頑張っています。

おめでとうございます!

「輝き」No.118 数独にチャレンジ 数独の答え (11)(2+9) でした。R3.6.4 抽選

厳正な抽選の結果、次の5名の方が当選しました。

- 朝江 朋子さん(田村町)
小阪 順子さん(新浜町)
塩入 福子さん(風袋町)
竹林 敏一さん(飯山町)
山下 正利さん(十番丁)

前回より易しくしました。脳の働きの活性化が大切です。

### 事務所の入口を

### リニューアル

野菜等の売り場をリニューアルしました。暑さ寒さに敏感な野菜を守るため、せつかく農産物を持参していただいた出品者の方々のためにも日射を防ぐように、かっこいいフェンスを作りました。

事務所内と廊下には、会員手作りの、キュートな品々も展示販売しています。野菜も手芸品もぜひ手にとってみてください。

就業報告書を平日5時までに持参するのが困難な会員さんのために事務所の休日や時間外に就業報告書を提出するポストを入口横に設置しています。カギ付きですので、安心して提出して下さい。



### 「適格請求書等保存方式」 (インボイス制度の実施について)

現在、請負業務の配分金は、本体価格及び消費税等の合計額をお支払いしております。しかし、ほとんどの会員さんが免税業者（年間売上1千万円未満）であるため、会員さんは消費税等を納付する概念がありません。

これまでは、免税業者（ほとんどの会員さん）であっても、配分金に対して消費税等を含んだ金額を支払うこととなっていました。2023年10月1日よりインボイス制度が実施されるにあたり、消費税等を会員さんに支払う必要はなく、就業対価のみ（本体価格のみ）の配分金の振り込みとなります。ご理解をお願い致します。



### 事務局の職員紹介(担当業務)

今年の4月より担当業務が変わりましたのでご紹介します。

- 佐岡人志…事務局局長
- 橋本淳子…事務局次長Ⅱ会計・経理
- 亀井誠至…業務担当係長・派遣(新規・雑役・農作業)・総務・就業相談
- 遠山知子…家事福祉援助・屋内清掃調理・輝き食堂・青い鳥教室・機関誌「輝き」
- 北ひろみ…剪定・防除・入会説明会
- 横山重美…管理業務・屋外雑役・駐輪場(指定管理)・障子・襖・網戸の張替
- 馬場勝文…公共・派遣・農作業
- 大西晴子…子育て支援・救護・青い鳥教室・調理・宿直・入会説明会
- 笹川匡右…草刈り・草抜き
- 内海美和…総務・経理・筆耕

令和3年の配分金振込日	
請負事業	派遣事業
9月15日(水)	9月24日(金)
10月15日(金)	10月25日(月)
11月15日(月)	11月25日(木)
12月15日(水)	12月24日(金)

=配分金には消費税が含まれています=  
※カレンダーに振込日をメモしておきましょう。  
令和4年1月以降は次号でお知らせします。

### 謹んでご冥福をお祈りいたします

- 天満町 小野 照雄 様
- 川西町 岡本 弘行 様
- 綾歌町 熊谷 彪 様
- 塩屋町 合田 正幸 様
- 郡家町 白鞘 哲雄 様
- 金倉町 富田 光義 様
- 郡家町 西河 伸幸 様
- 土器町 浦上 信行 様

### 編集後記

新型コロナウイルスの終息を見ないまま1年延期されて開催された第32回オリンピック東京大会▽57年前と違ってエアコンの効いた室内でカラオケテレビを見ながら声援を送れることに時代の変化を感じます▽東海道新幹線(東京↔新大阪)は10月1日に開業したばかりでした。当時は12両編成で「ひかり」4時間、「こだま」5時間の所要時間で、各一時間に一本ずつの運転でした▽前回の東京オリンピック頃の生活を思い出し、若い人たちと当時の様子を話し合うのも「生の歴史教育」につながることでしよう▽皆さんは新型コロナウイルスのワクチン接種を終えても安心せずに全国の「終息宣言」を確認してから通常の生活に戻りたいものです。(誠)