

輝き

- 第41回定時総会のご案内
- 地域班長・新入会員紹介
- 5年継続会員の紹介
- 文芸作品を募集します
- 無届就業をしない!!

会員数 令和4年3月31日現在
913人 (男526人・女387人)

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/>



新緑の丸亀城天守閣

(写真撮影：川西町・石井誠一)

(令和4年3月末現在) **就業中における事故発生状況** (単位: 件)

種 別	負 傷 事 故						賠 償 事 故		
	2年度	内入院	3年度	内入院	増減	内入院	2年度	3年度	増減
交通 事 故	2	0	2	1	0	1	1	0	△1
剪定作業中	3	1	1	0	△2	△1	3	1	△2
草刈作業中	2	1	3	0	1	△1	1	5	4
軽 作 業 中	1	0	2	0	1	0	1	0	△1
計	8	2	8	1	0	△1	6	6	0

※△印は減少

就業中の負傷事故

賠償事故には十分な注意を！

令和3年度の負傷事故は8件発生し、前年度と同数でした。
内訳は、就業途上等の交通事故が2件、剪定作業中が1件、草刈り中が3件、軽作業中が2件となっております。



いっぽう、賠償事故は6件発生し、これも前年度と同数でした。
内訳は、剪定作業中が1件、草刈り中が5件となっており、特に草刈りでは、石ころ等の跳ね飛ばしに注意が必要です。

入院するような大けがは1件のみでしたが、ちょっとした気の緩みが事故の発生に繋がっています。
今年度も引き続き就業中・就業途上の事故防止に努めるとともに、日常生活においても普段から交通事故の防止にも努めましょう。

令和4年度 地域班長一覧表

○印は交代しました。

班長氏名	担当地域班名	班長氏名	担当地域班名	班長氏名	担当地域班名
矢本 賢	土器町1(東1~3丁目)	玉川 晴彦	三条町2(北部)	川西 淳夫	富士見町
高橋 秀吉	土器町2(東4~5丁目)	田尾マツ子	塩屋町1(1~2丁目)	金子スミ子	御供所町
西岡 信子	土器町3(東8・9丁目・土器町北)	加藤 俊	塩屋町2(3~4丁目)	本田 眸	西平山町・福島町・新町・港町
大坪 幸司	土器町4(東6~7丁目)	中野 榮子	塩屋町3(5丁目)・新浜町	福田 朱実	北平山町
中川 邦宏	土器町5(西1~8丁目)	浜口勢津子	前塩屋町1(1丁目)	高木 和美	南条町・幸町・西本町
○長尾 英俊	垂水町1(北部)	中島 隆	前塩屋町2(2丁目)・天満町・昭和町・蓬莱町	○高橋 敬子	番丁・城南町・大手町
井上 昇	垂水町2(南部)			時岡 護	中府町(1~5丁目)・城西町
吉原 晃	川西町1(北)	藤川 勲	津森町1(北部)	今川 等	本島町
田中 富榮	川西町2(南)	宮蘭 卓平	津森町2(南部)	立花 守道	広島町
尾池 博治	飯野町1(東二・西分)	山内 賢司	今津町1(西部)	田中 香	綾歌町岡田上
坂井 恒允	飯野町2(東分)	森 博	今津町2(東部・南部)	古市 義徳	綾歌町岡田下・岡田西
松原 忠	田村町1(南部)・原田団地	高島 睦子	新田町	土岐 啓	綾歌町岡田東
○逆瀬川岳士	田村町2(北部)	○直井 義博	金倉町	松岡 進	綾歌町栗熊
小野 寛	原田町	河口 友子	中津町	○砂田 昌美	綾歌町富熊
鳥生 幹雄	柞原町	雁木 克司	土居町1(1~2丁目)	大林 貞夫	飯山町東坂元1
大熊 勝彦	山北町	○西田 邦子	土居町2(3丁目)	薄井 正二	飯山町東坂元2
北野 隆二	郡家町1(南部)	山崎 輝久	城東町	佐藤 一則	飯山町川原・真時・西坂元
世俵 智	郡家町2(中部)	高井 賢造	風袋町・瓦町・通町・葎町・富屋町・米屋町・浜町・松屋町・魚屋町・塩飽町・本町・宗古町	株屋根 明	飯山町下法軍寺
田村てる子	郡家町3(北部)			竹内藤太郎	飯山町上法軍寺
殿川 修司	三条町1(南部)			平賀 滋美	飯山町東小川

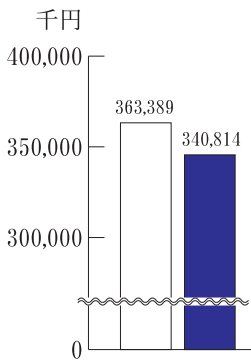
シルバー事業実績

前年度との比較

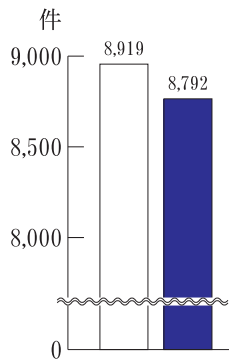
3年3月31日現在
4年3月31日現在

《請負事業》

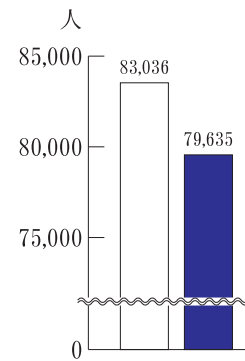
契約金額



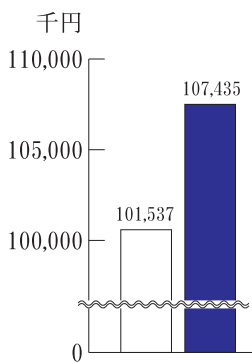
受託件数



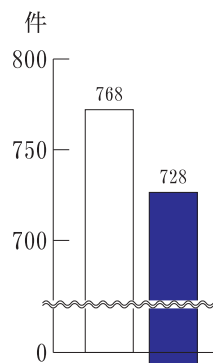
就業延人員



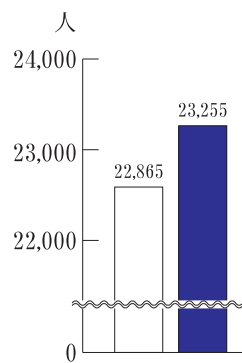
契約金額



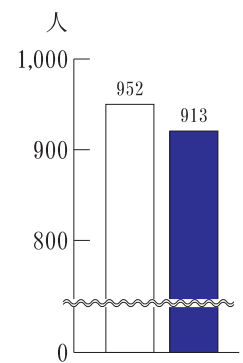
契約件数



就業延人員



会員数



《派遣事業》

新入会員紹介(令和3年12月～令和4年3月末まで)

氏名	住所	氏名	住所	氏名	住所
玉井 一郎	綾歌町	森下 昌治	垂水町	齊藤 民江	飯野町
佐藤 実	新田町	河野 新次	土器町	市原 恵美	中津町
森 和子	郡家町	白川 充徳	田村町	高嶋すみの	土器町
高砂 保彦	飯野町	伊藤 順一	川西町	中山 正己	田村町
中園千代美	郡家町	山田 政信	中府町	未田 一恵	土器町
河井 茂雄	郡家町	吉田 達夫	新田町	久保 雅代	中府町
湊 サナエ	十番丁	片山 伸二	綾歌町	桑野 眞一	柞原町

5年継続会員の紹介

シルバーの仕事も板につき、中堅としてが
んばっている方々を紹介します。豊富な知識
と優れた技術を生かしてさらに10年、20年を
めざしましょう。(敬称略・入会順・42名)

- 築島みち子・秋山健一郎・前田麻美子
- 谷本博文・島 春男・林チエ子・坂井恒允
- 西田邦子・和泉光男・渡辺澄子・大塚俊浩
- 野口芳則・不藤恵美子・稲澤三枝子
- 高木清一・日浦盛光・長家光雄・守屋安則
- 松下益美・岡野眞一・山下勝彦・山下正利
- 武村節夫・藤井房枝・林 絹代・杠八十三
- 矢本 賢・都築良一・神余八千代
- 明見美千栄・石井明子・株屋根明・原田恵子
- 大西和子・秦 尚義・森川明雄・亀井富雄
- 荒巻信一郎・山本聖子・大坪幸司・田中洋一
- 高田 正

2022年度
第41回定時総会
ご案内

■日 時
2022年5月26日(木)
午後1時30分から

■場 所
丸亀市シルバー人材センター
2階会議室

- 議 題
1. 2021年度事業報告・収支決算
 2. 2022年度事業計画・収支予算等
 3. 役員を選任

★新型コロナウイルス感染防止の観点から最少人数での開催になります。
5月13日頃に資料をお送りしますので、委任状の返信をお願いいたします。

健康を守る

63

「がん検診を受けましょう」

がんは、日本での死亡原因第1位となっております。2人に1人はがんと診断されており、誰もがかかる可能性がある病気であると言われています。

丸亀市においても、死亡原因1位はがん（悪性新生物）となっております。部位別で見ると、「肺がん」が最も多く、次いで「胃がん」「大腸がん」となっています。



「がんの発生を高めるリスク」

がんの発生を高めるリスクとして、喫煙、飲酒、食生活、運動不足、太りすぎ、痩せすぎ等があげられ、生活習慣が大きく影響しています。「がんを防ぐための十二か条」(資料1)を参考に、日々の生活の中でできることから取り入れ、がんを予防していきましょう。

また、がんは初期の段階では自覚症状が少ないことから早期に見し、早期に治療することが重要になってきます。早期発見には定期的な検診を受けることが大切です。丸亀市では、令和4年6月より各種がん検診が始まります。

(資料1)

【がんを防ぐための十二か条】

- ① たばこは吸わない
- ② 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- ③ お酒はほどほどに
- ④ バランスのとれた食生活を
- ⑤ 塩辛い食品は控えるに
- ⑥ 野菜や果物は豊富に
- ⑦ 適度に運動
- ⑧ 適切な体重維持
- ⑨ ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ⑩ 定期的ながん検診を
- ⑪ 身体の異常に気がいたらすぐに受診を
- ⑫ 正しいがん情報でがんを知ること



検診の種類	対象者
胃がん	40歳以上の男女
肺がん	40歳以上の男女
大腸がん	40歳以上の男女
前立腺がん	40歳以上の男性
乳がん	35歳の女性 40歳以上の女性
子宮頸がん	20歳以上の女性

丸亀市が実施している検診
*各種がん検診《対象者》

※乳がん、子宮頸がんは2年に1回が対象です。

簡単な料理 (63)

鯖のカレー南蛮漬け



材 料 (2人分)

鯖	160g
塩	1g
小麦粉	適宜
揚げ油	適宜
白ネギ	20g
人参	25g
赤唐辛子	1本
酢	大さじ1
油	大さじ1
酒	大さじ2
塩	小さじ1/4
砂糖	小さじ1
カレー粉	小さじ1

作り方

- ① 鯖は3枚におろし、腹骨を除いて1切れ30~40gにそぎ切りにし、塩をふってしばらくおく。
 - ② 白ネギと人参はせん切り、赤唐辛子は種を除いて細かく切る。
 - ③ 調味料Aを合わせて、ひと煮立ちさせバットにあげておく。
 - ④ 鯖は水気をふきとり小麦粉をまぶし、175℃の揚げ油で約2~3分揚げ、油をきって②の野菜とともにすぐに③につける。
 - ⑤ 味をなじませたら器に盛る。
- ★ 1人分栄養価：328kcal たんぱく質 15.0g
脂質 22.2g 炭水化物 13.3g 食塩 1.5g
(丸亀市食生活改善推進協議会)
「ふるさと丸亀ヘルスマニュー」より

丸亀市健康福祉部健康課提供
(☎ 24-8806)



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

*対象の方には各種受診券が5月下旬に届きます。詳細は同封資料をご確認ください。

女性部会が広報活動

12月1日(水)マルタス多目的ホールにおいて「丸亀市老人クラブ作品展示会」があり、女性部会6名が会員募集のため、パンフレットとティッシュを配布し入会のお声かけをしました。



講習会等開催

災害に備える

12月22日(水)、班長会で佐岡事務局長から、東日本大震災での被災状況や復興・復旧の取組みについて、石巻市シルバー人材センターを視察した報告と共に、当センターでも、「災害発生時には命を守ることを最優先とした避難計画を具体的に策定したい」との講話がありました。



自動車安全運転業務研修会

1月11日(火)〜18(火)、3回に分け、会員が丸亀自動車学校でシミュレーターによる運転操作の正確な反応の速さやハンドルの操作などの実技研修を受けました。



資料館周辺で松の剪定

3月16日(水)〜17日(木)、毎年の恒例の市立資料館周辺でマツの生垣を会員14名が剪定しました。切った枝葉はすぐに回収し、訪れた人達に気持ち良く利用していただくための心がけながら作業しました。



事故と対策

《就業事故体験より》

①草刈作業中、左手人差し指切創

▽軒先まで延びたカズラをナタ鎌で刈ろうと、左手でつかみ右手で切り落としたが弾力性のある枝であったので鎌がはねて左手を切創。

鎌を使った作業の経験が浅く、予期せぬ事故となった。皮手袋等防具を着用して作業する。

②駐輪場内を移動中、ポールを飛び越えようとした時、ポールに足が引っかかり転倒。左膝皿にヒビ。(通院一週間)

▽日頃慣れている動作であり、大丈夫であろうと思いきポールを確認しなかった。

何気ない動作でも、体力を考慮して行なう。年齢を重ねる毎に体力が衰えてくることを実感した。

③ごみ袋搬送中、屋外水道ホースにつまづき転倒。口、頬、右ひじ強打。骨折通院(全治一ヶ月)

▽ごみ袋をかかえていたのでホースに気付かなかった。

運搬中は周囲の状況に十分気をつける。
(香川県シルバー人材センター連合会より)

丸亀あちこち

土器川潮止堰

戦後間もない昭和21年12月21日未明に発生した南海地震により、多くの死傷者や家屋の倒壊のほか、地盤の隆起や沈下も各地で生じ、丸亀付近の海岸部では数十cmの沈下があり、排水不良や塩害を受けた田畑が激増しました。

戦後最大の干ばつとなった昭和48年夏、渇水と異常潮位により、満潮時に海水が土器川や支流の清水川に逆流してきたため、応急対策として河口より2.0km付近に堰を造りポンプで排水していました。

抜本対策として潮止堰が昭和54年3月末に完成しました。当初はゴム引き布製起伏堰でしたが、老朽化が進み、国土交通省では、平成30年度よりステンレス製のゲートを工場で作成し、令和元年度から「潮止堰」が改築され、昨年5月に完成しました。



(誠)

会友 文芸



短歌

郡家町 田村てる子

初日の出阿讃の陵線輝きて
天の岩戸が開くがごとし
月遅れやつと芽が出た野菜たち
寒さに打ち勝て大きく育てよ

山北町 渡辺由美子

知ってるよみんなちがつてみんな
いいSDGsみずすの詩は
久々に名前をみつけ無事を知る
投句の欄のかがやく一句

川柳

津森町 亀野 忠郎

孫の手を取つてと孫に声をかけ
断捨離で思い出までが消えて行く

川西町 石井 誠一

忘れずにメモした紙がどこへやら
自治会はコロナ防止で何もせず

〈私の初仕事〉 ⑥2

草刈り作業



郡家町 増川 洋

令和2年6月、シルバー会員となり、6月末日からベテラン会員で新人教育係の方と一緒に、草刈り作業を体験しました。それから

半月程、一緒に仕事を続ける内、複数での仕事の難しさを感じ熟考の末、退会を決意し、担当の笹川氏に伝えたところ、慰留を促され、単独での仕事をいただく様になり今日が有ります。今は感謝の思いでいっぱいです。

今後は、草刈り作業のみにこだわらず、長年培った技能を生かし、他の会員の方々と共に、依頼主に喜んでいただける事を目指します。私達は、報酬を受け取り仕事を遂行するプロです。

趣味ざんまい 68

バレエボールとシルバー



綾歌町 檜 美佐江

今から40年前、子供達が保育園に入所して、父母会で始めたバレエボール。それから休む事なく続けて、数えてみれば、上から二番目の歳になり、ジャンプも500ミリの牛乳パックが今ではヤクルトの容器を横にした位しか跳べないけれど、コートに入り大きな声で「ワン」「ツー」「スリー」とボールを

追いかけて、楽しい仲間も出来ました。そんな時、病気になる、医師に一番に聞いたのが「バレエボール、いつから出来ますか？」と言う事でした。

お陰で五ヶ月の休みで復帰し、元気な体ももったいなく、シルバールに入会しました。今は、バレエもシルバールの仕事も楽しくいつまでも続くか、自分への挑戦です。

文芸作品を募集します

このページは皆様の作品でつくるページです。俳句や短歌・川柳などの作品をお待ちしています。郵送の場合は、事務局宛に「輝き編集係」と明記してください。締切日は、各号発行のひと月前までです。

「輝き」に寄せられた 代表的な感想文

(順不同)

「食品衛生の窓」を読んで食事の後片づけが、ついおっくうになりがちなの頃「輝き」に打ってつけの記事がありました。「家庭でできる食中毒予防・六つのポイント」です。とても便利なので、すぐにコピーして冷蔵庫のドアに貼り参考に使っています。

(郡家町 田村てる子)

平成27年7月の台風により橋脚が沈下した中方橋の完成予定が8年も要し、25億円もかかることや一日一万台もの車が通行していることに驚きました。

(飯山町 徳井 正文)

「輝く仲間」の記事が良かったです。今は1人で仕事をしていいますが、ゴミ収集場へ行った時等、他所で仕事をしている仲間に出会い「お疲れ様」と言い合い、がんばりをいただいています。

(城東町 凶子 正樹)

「食品衛生の窓」から、食中毒予防のポイントがとても役立っています。(土居町 川人 米子)

懐かしのふるさと

31

川西町 石井 誠一

長くなる？ 蓬莱橋

土器川に架かる蓬莱橋は昭和59年3月に国道11号バイパスが原田町から高松南バイパスに接続するまで旧国道11号の重要な橋でした。蓬莱橋は昭和24年6月、当時は国道23号の橋として幅員9m・橋長103mの橋として竣工し、その後昭和27年の政令により、23号は11号に改められました。

いっぽう、昭和3年に丸亀く坂に出に路線を伸ばしていた琴平参宮電鉄の電車路線が昭和38年9月に全路線が廃止されたため、土器川の鉄橋跡に昭和41年9月、もう一



本の橋が幅員8m・橋長148mの「新蓬莱橋」が架けられました。新しい橋の開通により、それまでの「蓬莱橋」は東に45m延長され、右岸(東側)堤防も東に移動し、川幅が広くなりました。

平成24年9月に策定された国土交通省の「河川整備計画」により、堤防整備を実施し、下流部の流下能力不足を解消する目的で、川幅が中流部より狭いため、堆積土砂を除去して流れを良くする「河道掘削工事」を行い、堤防を大きく補強して東に移動させる「引堤工事」がJRの鉄橋付近から蓬莱橋の南300mほどにある潮止堰付近まで行なわれています。右岸堤防の改修により、蓬莱橋も数年先には東に延長・架け替えがされることでしょう。

懸賞問題

数独にチャレンジ 23

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

2				5	1		8
	4			8	2		
9			3			4	7
	8	6	1			5	
4			6			1	9
	1	9		4	2	3	
1	9		2	4			
		5	8	1	7		2
		4		5		6	7

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3×3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(以下、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) 5月31日(火)
(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、役立った記事の感想をお寄せください。

輝く仲間 21

剪定の仲間



河下 隆治 さん
山野 健雄 さん
河井 茂雄 さん
行成 介志 さん

庭木の状況によりグループ同志協力して、安全第一をモットーに和気藹藹と作業をしています。

おめでとうございます!

「輝き」No.120

数独にチャレンジ

数独の答え

13 (5 + 8)

でした。R4.2.8 抽選

厳正な抽選の結果、次の5名の方が当選しました。

- 川人 米子さん (土居町)
- 凶子 正樹さん (城東町)
- 土井 富夫さん (今津町)
- 坂東 正美さん (綾歌町)
- 渡瀬アツ子さん (綾歌町)

香川県シルバー人材センター連合会主催 高齢者活躍人材確保育成事業（令和4年4月～令和5年1月）

技能講習（講習時間 9：00～13：00）（近隣の市町を抜粋）

開催地	講習名	講習会場	講習期間	日数	定員	募集締切日
坂出市	造園(植栽・剪定)	坂出市勤労福祉センター	10/4(火)～10/7(金)	4	8	9/20
宇多津町	刈払機取扱	ユープラザうたづ	10/13(木)	1	8	9/29
丸亀市	学童保育	丸亀市生涯学習センター	6/6(月)～6/8(水)	3	8	5/23
多度津町	清掃スタッフ	多度津町シルバー人材センター	6/27(月)～6/30(木)	4	8	6/13
	刈払機取扱	多度津町シルバー人材センター	11/7(月)	1	8	10/24

就業体験／職場見学

開催地	体験/見学項目	センター名(注1)	体験/見学予定期間(注2)	日数	定員	募集締切日
丸亀市	学童保育	丸亀市シルバー人材センター	6/9(木)～6/17(金)	1	5	5/26
多度津町	果樹農園作業	多度津町シルバー人材センター	9/12(月)～9/22(木)	1	5	8/29

(注1)就業体験実施先のシルバー人材センター名であり、実際の体験/見学先については別途通知します。

(注2)就業体験/職場見学は上記の体験/見学予定期間のうち1日のみで、2～4時間程度を予定しています。

※受講の可否については、講習開始日の10日前後に郵送で通知します。

※技能講習及び就業体験/職場見学の日程、開催地、開催場所については変更する場合があります。

就業会員を募集します

夏休み中の市内「青い鳥教室」の補助員(派遣)

児童の見守り及び教室・トイレなどの清掃

就勤務日・時間はシフトによる ※詳細は事務局の遠山まで

☎ 23-6215

仲間を増やそう

昨年、創立40周年を迎えた丸亀市シルバー人材センターの会員数が10年前に比べると270人(23%)の減少となつています。会員一人ひとりが「一人増やそう、われらの仲間」を合言葉に、今春定年退職した人や近所で時間的にゆとりのある人に声をかけて、長年培ってきた知恵と技術や趣味を生かせる第二の職場として「シルバー人材センター」への入会を勧めてみましょう。

職員の新規採用

4月1日より(除草担当) 山下 聡

(一般企業請負担当) 山神和美

4月12日より(事務局長) 吉本博之

就業報告書について!!

就業報告書は配分金や発注者への請求額の計算基礎となる重要な書類です。就業が終わりましたら、すみやかに事務局へ提出してください。

また、月末まで就業された場合は、翌月3日までに必ず提出してください。提出が遅れると、配分金等の支払いができませんのでお気を付けてください。

無届就業をしない!!

発注者から直接会員に仕事の申込みがありましたら、必ずシルバー人材センター事務局へ届出のうえ、センター職員の指示に従ってください。無届就業を事務局が発見した場合には安全・適正就業対策委員会において厳正に対処いたします。

なお、無届就業によるトラブルや事故等が発生した場合、シルバー人材センターは一切無関係となり、会員の自己責任となります。もちろんシルバー保険は適用されませんので、ご注意ください。

就業上の注意事項について

謹んでご冥福をお祈りいたします

郡家町 清水 正輝 様
綾歌町 矢野 久雄 様
飯山町 大西 洋 様

令和4年の配分金支払日	
配分金支払日(請負)	給与支払日(派遣)
5月18日(水)	5月25日(水)
6月15日(水)	6月24日(金)
7月15日(金)	7月25日(月)
8月15日(月)	8月25日(木)
9月15日(木)	9月22日(木)
10月17日(月)	10月25日(火)
11月15日(火)	11月25日(金)
12月15日(木)	12月23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。

編集後記

新緑のさわやかな季節となりました。△なかなかな終息しない新型コロナウイルスの影響は人々の行動を制約し、産業経済活動に大きな打撃を与えています。△昨年の行事は「丸亀お城まつり」の開催もできず、シルバーの設立40周年記念行事もできませんでしたが、「記念誌」は皆様方のご尽力により、発行できました。△前号まで編集に携わってくださった▽中川邦宏様に代わって今号より亀野忠郎が加わりましたのでよろしくお願ひします。(誠)