

公益社団法人
亀山市シルバー
人材センター

微笑み



第45号
令和3年 新春号



めざせ！亀山市シルバー会員 310名

亀山城多門櫓 会員 豊田康文 画

発行／公益社団法人 亀山市シルバー人材センター 編集／広報委員会
〒519-0125 亀山市東町1丁目1番7号 tel 82-8512 fax 84-2556
ホームページ／<https://webc.sjc.ne.jp/miekameyama/>

会員数 令和2年12月現在	男性	女性	合計
	185人	71人	256人

新年あいさつ



理事長
安藤 定紀

あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、お健やかで輝きに満ちた新年をお迎えの事とお慶び申し上げます。

さて、昨年は未曾有のコロナ禍の影響により、当センターも就業やイベントなどシルバー活動にも大きな制約が出てきております。その中で会員・役職員の皆様のご協力と苦労により事業活動ができたこと心より感謝いたします。

このような状況下ですが、自らのいきがいの充実や健康増進とともに、活動ある地域社会への貢献を目指すシルバー人材センター事業の理念は決して揺らぐものではなく、ますます重要になると確信いたしております。

いまこそ会員の皆様方が長年にわたって培つてこられた知識、知恵、経験や技能を遺憾なく発揮し、会員ひとりひとり、自主・自立・共働・共助で、この状況を乗り越えていきましょう。

最後になりましたが、皆様にとりまして本年が健康で実りある年になりますよう、ご祈念申し上げ新年のご挨拶といたします。

新年あいさつ



亀山市長
櫻井 義之

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

さて、人生百年時代を見すえ、働く意欲をお持ちのシニア世代の皆様が、就業を通じて生きがいを感じられるよう、そして、健康づくりや仲間づくりにもつながるよう、貴センターが果たされる役割への期待は、今後一層高まっております。

今日までの数々の取組みと共助の精神は、活力ある高齢社会へとつながる確かな歩みだと確信いたします。本市としても、貴センターの事業が今後も円滑に展開できますよう、引き続き支援に努めてまいります。一方、新型コロナウイルス感染症につきましては、感染防止策の徹底が一層求められており、本市としましては、一連の総合対策「緊急政策パッケージ」の実践により、感染拡大の防止と社会経済活動の両立に向けて全力で取り組んでまいります。

皆様には、当分の間、不自由で緊張感ある生活が続くかと思いますが、「オール亀山」一丸となって、この非常事態を乗り越えていけるよう、ご協力をお願いいたします。

結びに、貴センターの益々のご発展と皆様方のご健勝、ご多幸を祈念申し上げ新年の挨拶とさせていただきます。

(NO1058) 曽我 シズ子さん

①趣味

- ・プランターでの花や野菜作り
- ・ハギレを使った小物づくり

②健康法

- ・朝コップ一杯の水を飲むこと

③今年の抱負・願い

- ・人とのつながりを大事に笑顔と思いやりで過ごしたい



(NO1025) 葛西 仁さん

①趣味

- ・家庭菜園、盆栽、陶芸、古寺・温泉めぐり

②健康法

- ・ウォーキング…規則正しい生活を心掛けています

③今年の抱負・願い

- ・一年が無事過ごせますように!!



(NO1133) 渡辺 優さん

①趣味

- ・映画を観ること
- ・はな(花と華)の写真を撮ること

②健康法

- ・ストレスをためないこと

③今年の抱負・願い

- ・そろそろ断捨離を…



(NO1195) 豊田 康文さん

①趣味

- ・写真、絵画…年に一回程度個展を開いています

②健康法

- ・朝、起床後15分程ストレッチ体操を行なっています

③今年の抱負・願い

- ・無病息災・日々平安



(NO1204) 若林 生司さん

①趣味

- ・海外旅行…9か国23回の渡航歴、現地の食べ物、地酒を満喫すること

②健康法

- ・ゴルフ…ゴルフ歴47年、なるべく歩いてラウンドするよう努めています

③今年の抱負・願い

- ・大過なく余生を過ごせれば良いなと思っている



(NO1257) 草川 英幸さん

①趣味

- ・家庭菜園を楽しみにしている
- ・広く知られていない名所の散策を楽しみにしている

②健康法

- ・週1回のグランドゴルフ(4ゲーム)のプレー
- ・仕事仲間との会話による脳の活性化

③今年の抱負・願い

- ・地域活動に邁進し問題点を少しでも解決できるようにしたい



(NO1399) 倉田 栄一さん

①趣味

- ・ゴルフ

②健康法

- ・朝夕散歩、ゴルフや練習など体を動かすこと

③今年の抱負・願い

- ・剪定作業を通じて地域住民に貢献する



事務局臨時職員 渡瀬 晴夫さん

①趣味

- ・ハイキング…世界遺産への旅
- ・神社検定(3級)

②健康法

- ・『体温を上げると健康になる』をモットーにしている

③今年の抱負・願い

- ・『牛の歩みも千里』よりゆっくり歩んでまいります



お仕事相談会

開催日：令和2年11月～12月 場所：市内各コミュニティセンター

今年度も5か所のコミュニティセンターでお仕事相談会を実施しました。

今回も市の広報誌などでお知らせをしましたが、満足できる人数の方には参加して頂けませんでしたが、それでも5名の方に参加していただきました。現在、最大課題である女性会員の増強にあたって2月に就業開拓委員会、事務局が一体となり女性限定のお仕事相談会を実施いたします。みなさんお知り合いの方が見えたら是非紹介してください。



60歳以上 お仕事相談会
公益社団法人 鳥山市シルバーパートナーズセンター主催

日頃の運動不足を解消したい方、リフレッシュしたい方、新しい仲間づくりをしたい方等々、空き時間で有効に使いませんか。貢献がなくても大丈夫です。

ぜひご参加下さい!
予約は不要です。

新型コロナウイルス感染防止対策を行なながら実施します。
「三つの『温』」の実践
マスクの着用 换気の実施 手指消毒の実施
ご参加にあたまでは当日の体調を確認の上、マスク着用でお越しください。
ご理解、ご協力をお願いします。

日時 令和2年 9月12日(土) 10:00～12:00
会場 鳥山地区
野音地区
コミュニティセンター
ご当地お仕事してます!

13:30～15:30
東部地区
コミュニティセンター
ご当地お仕事してます!

新規会員登録
お問い合わせ
0595-82-8512

60歳以上 お仕事相談会
公益社団法人 鳥山市シルバーパートナーズセンター主催

日頃の運動不足を解消したい方、リフレッシュしたい方、新しい仲間づくりをしたい方等々、空き時間で有効に使いませんか。貢献がなくても大丈夫です。

ぜひご参加下さい!
予約は不要です。

新型コロナウイルス感染防止対策を行ながら実施します。
「三つの『温』」の実践
マスクの着用 换気の実施 手指消毒の実施
ご参加にあたまでは当日の体調を確認の上、マスク着用でお越しください。
ご理解、ご協力をお願いします。

日時 令和2年 10月10日(土) 10:00～12:00
会場 北東地区
東部地区
コミュニティセンター
ご当地お仕事してます!

13:30～15:30
東部地区
コミュニティセンター
ご当地お仕事してます!

新規会員登録
お問い合わせ
0595-82-8512

60歳以上 お仕事相談会
公益社団法人 鳥山市シルバーパートナーズセンター主催

日頃の運動不足を解消したい方、リフレッシュしたい方、新しい仲間づくりをしたい方等々、空き時間で有効に使いませんか。貢献がなくても大丈夫です。

ぜひご参加下さい!
予約は不要です。

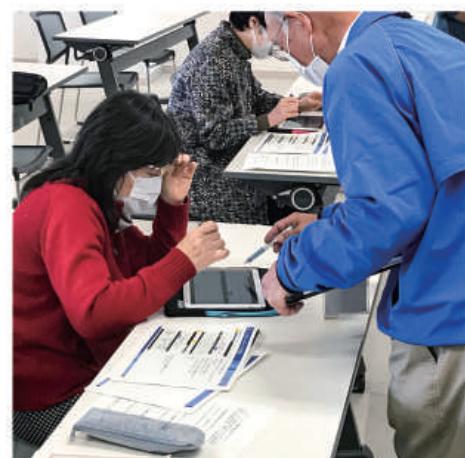
新型コロナウイルス感染防止対策を行ながら実施します。
「三つの『温』」の実践
マスクの着用 换気の実施 手指消毒の実施
ご参加にあたまでは当日の体調を確認の上、マスク着用でお越しください。
ご理解、ご協力をお願いします。

日時 令和2年 10月14日(土) 10:00開始(1時間程度)
会場 関南部地区
コミュニティセンター
ご当地お仕事してます!

新規会員登録
お問い合わせ
0595-82-8512

タブレットシニア教室

平成30年度から高齢者向けに『楽しくインターネットを学びませんか』をモットーに広報を通じて『タブレットシニア教室』を毎年開催しています。今年度は7月と11月に週1回の合計5回開催し、7名の方が受講しました。受講生の皆さんからは「説明がわかりやすい」、「講師(タブレット会員)の先生やサポートー会員さんの親切な対応ですごく理解できた」などお褒めの言葉を頂きました。今後デジタル庁の創設に向けて、高齢者にもタブレット・スマホが必須になっていきます。そこで会員のみなさんもデジタル機器に慣れ親しんで頂くように次の機会に是非参加してみたらいかがですか。



地域懇談会

開催日：令和2年11月7日(土)～12月5日(土) 場所：各コミュニティセンター 10か所

今年度も地域班長さんの協力のもと、新型コロナウィルス感染拡大の防止に細心の注意を払い、予定通り開催し、194名の方に参加頂きました。事務局からは、センターの現状と課題、基本理念の確認や安全・適正についての話がありました。また会員さんとの意見交換もあり、その中で「剪定のできる会員が少なくなっています。一般向けの剪定講習会などを開いて参加者を募集してほしい」、「発注者から現在の仕事以外に指示があった場合従う必要があるのか」など様々なご意見、質問がありました。要望等はすべて事務局や委員会で精査して今後、より良い事業につなげていきたいとのことです。また今年も交通安全啓発のためDVDを30分程度視聴して頂きました。視聴した会員さんからこれを機に改めて交通ルールの大切さを認識し、安全運転を心がけると言われていました。※下記の写真は各会場の状況です。



理念 <自主・自立・共働・共助>

令和3年度 会員更新および年会費について

年度更新を希望される方

受付場所：亀山市シルバー人材センター 会議室

受付日：3月9日(火)～3月12日(金)

受付時間：9時～16時まで ※12時～13時は昼休憩

※年会費等は確定次第お知らせします。

来年度退会を希望される方

退会の際は来所の上、①退会届(当センター所定の様式) ②認印 ③会員証をご持参下さい。

※来所が困難な方は、退会届を郵送させて頂きますのでご連絡をお願いします。

※退会を希望される方は2月末までにお願いします。

健康診断を受診しましょう！

～年1度は健康診断を受けて自らの健康状態をチェックしましょう～

健診と検診の違いご存知ですか？

健診は、健康診査や健康診断の略称で、体全体の健康状態のチェックをする検査です。

これに対して検診は、1つの病気をチェックするときに行うものをいいます。健診・検診の内容を理解して、自らの健康管理のため、ぜひ受診して下さい。

AED設置しました

会員の皆様や来社されるお客様の安全・安心のためセンター事務所内に「AED」を設置しました。「AED」とは、自動体外式除細動器の略で、心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態（心室細動）になった心臓に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器で、一般市民でも使用できるようになっており、人が多く集まるところを中心に設置されています。AEDは、操作方法を音声でガイドしてくれるため簡単に使用することができます。また心臓の動き（心電図）を自動解析し、電気ショックが必要な方にのみ電気ショックを流す仕組みとなっています。



広告宣伝について

今年度は東町商店街通りや駅前御幸線通りにセンターの電柱広告を設置しました。センターの宣伝を含め以前よりセンターの場所がわかりづらいと言うお客様の声が有り、案内看板として設置しました。また栄町マクドナルドの交差点にも看板を設置しています。令和2年12月からは市役所の玄関ロビーに動画でシルバーのPRをしています。色々な方から『看板見たよ!』と声を頂き宣伝効果が出てきたと実感しています。



避難訓練を実施しました

センターは定期的に防災訓練を実施しています。11月9日、火災時の避難訓練を実施しました。今回は初期消火の順序、煙の充満した際の避難の仕方など、会員さんを含め避難誘導の対応行動を確認しました。託児中の赤ちゃんにも防災頭巾をかぶってもらい避難して頂きました。これからもさまざまな災害に対応できるようこのような取り組みを継続していきます。



フォトでほっと

みじかな出来事を委員会のメンバーが写真で紹介するコーナーをスタートします!!



撮影場所：沖縄県宮古島
令和元年



ひとことメモ

鳥の種類はキンバト。

コロナ前に宮古島に行った時の写真です。
天然記念物で日中は暗い山林などで過ごすので
撮影できたのは非常にラッキーでした。

広報委員 豊田