

シルバーだより

南魚

ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/minamiuonuma/>

第73号

発行
令和7年1月1日

■
発行人
理事長 清塚 登

■
発行所
公益社団法人
南魚沼シルバー人材センター
新潟県南魚沼市坂戸399番地1
TEL 025-772-4973
FAX 025-773-3838



The name of the ivy is derived from the nature of being transmitted and stretched.

しゅうこうらまん あり
切り絵:「秋光羅蔓」 作:山田鴉鷲(誠) (湯沢町地区会員)

迎春二〇二五

新年のご挨拶



理事長
清塚 登

あけましておめでとつございませう。皆様には心穏やかに輝かしい新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。併せて、関係各位には日頃から御支援、御協力をいただき感謝申し上げます。

昨年は、いわゆるフリーランス法施行に伴う契約関係の変更や業務のデジタル化、事務所の統合問題など多くの対応が求められました。本年もこれら課題に取り組まなければなりません。皆様の御協力をお願いします。

減少が続く会員数の好転を目指し、家族会員会費割引やプラチナ会員制度の導入を行いました。併せて、会員一人ひとりから、知人への入会呼び掛けをお願いします。引き続き事故ゼロを目指し、安全第一での就業を切に願います。

厳しい事業運営が続きますが、会員、役職員一体となって、これら難題に立ち向かってまいります。

この一年間、明るく元気に、安全に。皆様の御健勝、御活躍を御祈念申し上げます。新年のごあいさついたします。



湯沢町長
田村 正幸

年頭のごあいさつ

新年あ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お慶び申し上げます。

少子高齢化が進む中、高齢者の方々の活躍を支える貴センターの役割はより一層重要なものであると考えております。「自主・自立・共働・共助」の基本理念のもと、高齢者の方々が地域社会へ貢献をいただくことは、当町の基本政策の一つである。安心して自分らしく暮らせるまちづくりを促進するうえで、非常に大きな力になるものと感じております。

今後、皆様の豊富な知識と経験を生かし、活力ある地域社会の担い手として活躍され、健康にお暮らしいただくことを切に願っております。

今後、社会を支える一員として、幅広く社会に貢献していただけるよう、町としても貴センターの運営を引き続き支援してまいります。

結びに、貴センターの益々のご発展と、会員の皆様のご健勝とご多幸を「祈念申し上げます。年頭のあいさついたします。」

年男年女 25



浦佐
櫻井 昇

七回目の年男になって

新年あけましておめでとうございます。お陰様で7回目の年男を迎える事ができました。この年になるまでシルバールの仕事ができると思っていまらなかった。

シルバールの会員になったのは十数年前でした。妻が、私より数年早くシルバールの会員として元気に仕事をさせてもらっていました。

妻から、家について何も知らないでいるとボケたり健康に良くないし、仕事をすることで人と人の交流が生まれ、勉強にもなるからと会員になることを勧められました。

会員になって最初の業務は中学生の部活動などの送迎の仕事でした。そのほか保育園や小学生、老人会等の送迎や部品工場、食料生産工場、公園などの仕事を頂き、楽しくやらせてもらいました。

シルバールの仕事の中で多くの人と交流させてもらい、本当に良かったです。あと何年続けてできるかわかりませんが健康でがんばっていきたいと思っています。

常に安全第一で、事故のない様にと考えております。「安全は無理せず 焦らず 油断せず」です。



山谷
角田 ケイ子

七回目の生まれ年 (巳年)を迎えて

あけましておめでとうございませう。いつの間にか年を重ね、退職後はシルバール人材センターの会員としてお世話になっております。

体力的に仕事はどうかと考える始めた頃に、友人から「ゴルフは面白いよ」と声をかけていただき、すぐその方向に心が動きました。

グラウンドゴルフは、いつでも誰でも一人でも自由に行うことができるのが良い所で、大会もあります。結果が良ければ尚うれしく思います。また、グラウンドに行けば、必ず誰かがプレーしており、今日の調子は？などと声を掛け合ったり、一緒にしゃべりをしながら回ったりと、本当に楽しい時間が流れます。

グラウンドゴルフは、高齢者に適したスポーツです。日々、空いた時間に丁度良い運動で、健康維持を目指しているからも続けていけることを願っています。「雨にも風にも負けずそして暑さにも」という感じです。皆さんもボールを打ってみてはいかがでしょう。「コーン」の音が快感です。

いつまでも元気で、笑顔のために！今年も健康で幸多き年でありませう事を願っております。



神立
半沢 信雄

シルバール会員での学び

あけましておめでとうございませう。6回目の年男を迎えることとなりました。

65歳で定年退職し、2人の孫の成長を見ながら趣味のゴルフと好きなお酒を楽しんでいます。

68歳の時に当時の湯沢町事務所長(同級生)の再三のお誘いがあり、シルバール会員になりました。

その後、介護施設へ派遣会員として、初めての環境の中で、初めての仕事内容、初めてのスタッフ、様々な「出会い」がありました。とても新鮮であり緊張感の中で私自身の新しいチャレンジが始まりました。すぐに多くのスタッフとは打ち解けあうことができました。今でも毎回手を振りながらあたたく迎えてくれます。「やりがい」を感じ、楽しく仕事をしています。

まだこの年齢でも「生かされている」この思いを痛感しています。すべての新しい「出会い」に感謝しています。

シルバール会員になり、新たな視野を広げる事ができよかったです。これからも「身も心も」健康であり続けていきたいと思ひます。



舞子
田中 ヨウ子

何よりも健康第一

新年明けましておめでとうございませう。この間、古希の祝いを終えたばかりなのに、あつという間に時が過ぎて、もう年女になってしまいました。シルバール人材センターにお世話になって9年になります。

が、その間に5回もの手術をしました。でも現在は元気で観光施設の室内清掃の仕事をしています。お客様から「お掃除ご苦労様です。広いのに大変ですね、きれいにしています」と声をかけられ、とてもうれしい気持ちになります。

毎年、夏の暑さが増していますが、熱中症対策としてこまめに水分補給をしています。職場でも「涼み処」など配慮していただき、ありがたく思っています。

私はマラソンや駅伝を見て応援するのが好きです。応援することによって自分自身「がんばろう」というパワーになります。今では子供たち、孫たちの走る姿を見るのも楽しみです。

これからは喜寿(77歳)を目標に、野菜作りや花壇の手入れなど、健康を第一に考えて自分なりに過ごしていきたいと思ひます。今年も元気で良い年になりますように。

草刈り安全講習



知識と技能を習得して地域に貢献

講習会

剪定講習



剪定講習



活動あれこれ

安全パトロール



ボウリング大会



新しい仲間の紹介

私達も入会しました。よろしくお願ひします。

令和6年6月1日～令和6年11月30日

会員の皆さん 知人友人に声をかけ 仲間を増やしましょう

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|---------|-------|-------|------|-------|-------|--------|-------|------|------|------|------|------|--------|-------|-------|
| (計30人) | 高野 ぼか5人 | 松浦 文男 | 遠藤 邦生 | 大和地区 | 笠原 良明 | 阿部 角栄 | 小淵 ノリ子 | 六日町地区 | 熊木 悟 | ほか4人 | 塩沢地区 | 上村 勲 | ほか5人 | 中村 美枝子 | 庄司 秀夫 | 湯沢町地区 |
|--------|---------|-------|-------|------|-------|-------|--------|-------|------|------|------|------|------|--------|-------|-------|

＼お知合い・お隣さんにお声がけを／

シルバー会員になりませんか？

南魚沼市または湯沢町在住で本年度中に満60歳になる方ならどなたでも入会できます。
報酬を得ながら、無理せず、自分らしい働き方で社会貢献ができます。

まずは、入会説明会に参加しよう

- 入会説明会に参加してから入会するかどうか、ゆっくり検討してください。
- 入会説明会で入会の手続き等についても説明します。手続きは簡単です。
- 入会する場合は、**会費2,500円**
(年会費2,000円+親睦会年会費500円)を納めてください。

毎月第2月曜日(休日の場合は翌日)

- ▶ 1/14(火) ▶ 2/10(月) ▶ 3/10(月)
- ▶ 4/14(月) ▶ 5/12(月) ▶ 6/9(月)
- ▶ 7/14(月)

午前9時30分から

南魚沼市ふれ愛支援センター(六日町坂戸 銭淵公園)

～自宅で説明会～ WEB入会システムをご利用ください

スマホやパソコンから説明会の資料を視聴し

- ➔ 仮会員登録すると
- ➔ ご自宅に入会に必要な書類が届きます
- ➔ 書類が出来たら最寄りの事務所においてください
- ➔ 書類の確認等、若干の打ち合わせ
- ➔ 会員登録が完了

公益社団法人
南魚沼シルバー人材センターのホームページ

入会のお申込み からお入りください。➔



※仮登録しても、書類を提出しなければ入会手続きは完了しません。お気軽にご視聴ください。視聴は無料です。

～家族会員割引制度～ ご夫婦そろって会員登録

- ご夫婦やご兄弟など、同一世帯において生計を一にするご家族の方が複数人でシルバー会員に登録した場合、そのうち1人分の年会費を免除する制度です。通常2人分4,000円のところ**1人分2,000円に減免**します。親睦会費(1人500円、2人1,000円)は通常どおり納入してください。

まだまだ元気だけど、仕事はもうそろそろ…

「プラチナ会員制度」ご検討ください

- 加齢等により就業が困難となったことで退会を希望する方がたくさんおられます。でも、親睦会事業などには参加することができる場合も少なくありません。
- このような場合「プラチナ会員」に認定し、就業はしないけれど、正会員としての身分を温存し、シルバー人材センターとのつながりを継続できるようにする制度です。
- 年会費2,000円は免除しますが、親睦会費500円は納入してください。
- プラチナ会員は、親睦会事業のほか、正会員として総会や講習会へも出席することができます。

賛助会員も募集中です

南魚沼市、湯沢町に住所又は事業所がある個人団体で、センターの目的に賛同し事業に協力していただける方が対象です。

年会費一口

3,000円

(口数に制限はありません)

お悔やみ申し上げます

大津 喜久一さん(畔地新田) 伊佐早 平吉さん(塩沢)
江部 昭夫さん(六日町) 佐藤 美幸さん(泉)
藤田 吉秀さん(大崎)

みんなで参加、地域に貢献

ボランティア活動

10月17日は「シルバーの日」。管内6カ所で清掃作業を行いました。
86人が参加しました。



魚沼丘陵駅周辺



塩沢交流広場周辺



六日町駅周辺



越後湯沢駅周辺



大和庁舎～浦佐駅～
天王町周辺



五日町駅周辺



各会場で南魚沼警察署交通課の方から交通安全講話をいただきました。

研修
旅行

楽しみにしていた
スパリゾートハワイアンズの旅

昨年10月9日〜10日会員研修旅行、総勢39人で開催しました。

生憎の雨模様様の天候でしたがとても楽しめました。バスの中のカラオケは自粛でしたがお酒あり、恒例のジャンケンゲーム、ちよつと元氣過ぎるバスガイドさんで退屈することなし。

旅の楽しみは「食」です。昼食の「宇都宮餃子」、翌日の「いわき魚定食」、とても美味しく満足。夕食・宴会はお揃いのハワイアンウェアに着替えて実施！シルバー事務局の頑張りがあり「飲み放題」、カラオケも充分楽しめました。期待していたハワイアンズダンスショー、テンポ&リズム良く最前列で堪能しました。激しい身体の躍動&ココナツカップに感激しました。(ココナツカップは土産で売っていませんでした)

バス旅行

友が増える

嬉しさよ

ナツチヨコ

ハワイの土産と

嘘ばれる

今年は一泊研修旅行に加えて「日帰り旅行」も計画中です。ボウリング大会、ゴルフ大会も計画中です。会員の皆さま奮ってご参加下さい。



土樽 曾根原 勝

盛況の年末交歓会

塩沢 豊田 勝

先日12月8日に、令和6年度の塩沢地区年末交歓会が石打ユングパルナスで開催されました。朝から寒く雪の降る中、2台のバスにて地区内の停留所を巡り、車内では一年ぶりに会う会員の皆さんとリラックスした雰囲気や語り交流する。会場に着く頃には道に沢山の降雪があり、会場に着くと同時に冷えた体を温泉で温めました。

ポカポカする体で席順を決める「くじ」を引き、ステージ前で恒例の集合写真を撮り、和気あいあいとした雰囲気や挨拶・乾杯の発声で懇親会に入りました。しばらくしてカラオケが始まり、事前に申込みしていた方々がスタート



女性部会の活動

SDGsな社会を目指して ストップ!地球沸騰化

高波 恵子 / 土樽

- 11月6日
 - 参加者 17人
- 出前講座で市役所廃棄物対策課の方々から南魚沼地域のごみ処理について、スライドや現物見本でごみの状況、リサイクルの取り組みなど詳しく説明をいただきました。ごみの分別の大切さを学びました。



体操教室&ランチ会

貝瀬 文子 / 滝谷

- 5月14日、6月12日の2回開催
 - 参加者計 34人
- 会員の講師により筋トレ、音楽に合わせて歩きながら脳トレ。そしてランチ会。大勢で運動し、食事とおしゃべり。一人では得られない楽しい幸せな時を体験できました。



ものづくりサークルの活動

高野 道子 / 黒土

今年は銭淵公園の観桜会に合わせて作品の販売を行いました。

アクリルたわし、アクセサリー、

バッグなどに人気がありました。近頃は冬に向けて毛糸の帽子やネックウォーマーなどを編んでいます。興味のある方はお気軽にお声がけください。



いきいきセミナー ストップ老化!

笛田 京子 / 神立

- 9月5日
 - 参加者 24人
- 健康でいきいき過ごすための知恵を保健課の須藤管理栄養士にお聞きしました。

毎日の食事・体を動かす・休養が重要。特に体と脳に必要な豚肉・青魚を摂ることが大切とのこと。男性会員さんから活発な質問があり有意義なセミナーでした。



このほか、11月19日には、さいたま市で開催された「シルボンヌ全国大会」に参加しました。

あんぜん就業

会員全員で情報を共有し、対策を講じて事故発生ゼロを目指しましょう

事故発生状況を報告します(シルバー保険適用事例のみ) / R6年6月~11月

《傷害事故》

| 発生月 | 性別 | 状況 |
|-----|----|---|
| 8月 | 男性 | 空き缶等の分別作業中、熱中症で体調が悪くなり動けなくなっているところを同僚会員が発見し救急車搬送した。当日回復し帰宅。 |
| 9月 | 女性 | 施設の消防訓練中、床面の凹凸部分につまずき転倒した。右薬指骨折、鼻の下付近縫合。 |
| 11月 | 男性 | 木の剪定を終え脚立を降りていたところ、右手に持っていた剪定バサミが左薬指に触れて裂傷。1針縫合。 |
| | 男性 | 脚立に登って木の囲いをしていたところ地面が不整地のため脚立が倒れ転落した。左足首骨折。 |

《損害賠償事故》

| 発生月 | 性別 | 状況 |
|-----|----|--|
| 8月 | 男性 | 施設周囲の草刈りをしていたところ、草刈り機が跳ねた小石により約10mはなれた隣家の窓ガラスを割った。 |
| 9月 | 男性 | 建物周囲の草刈りをしていたところ、防草シートを誤って切ってしまった。 |

草刈り機による事故⇒更にご注意を

- 令和5年度は防護板の励行により飛び石事故が激減しましたが、本年度は再び発生しています。作業場所と住宅がかなり離れているように見えても「飛び石」は10メートル以上飛散します。また、防護板で防御している方向とは全く別の方向に飛ぶこともあります。作業現場の周辺は注意深く確認してください。
- 今後とも事故防止につとめ、「事故ゼロ」を目指しましょう。



防護板使用例

投稿の広場

父の遺した彫刻



五日町 米山 壯一

父が85歳で他界してから今年で26年が経った。自分も父が亡くなった年齢に近くなってきたが、ありがたい事に何とか元気で過ごしている。

父は海軍から復員し、その後大工をして私たちを育て上げた。大工仕事は70歳でやめ、若い時から趣味でやっていた木彫り始めた。戦争で亡くした戦友のためだったり、また村の知人に頼まれた持仏像や恵比寿大黒天などを、一生懸命、木から生み出していた。

大崎の八海山尊神社には泰賢様像など数体が大切に祀られている。

私が若い時は全く木彫りに興味がなかったが、父の彫刻は自宅にも数体残っており、プロが彫った彫刻品とは違い、見事な彫刻ではないが、姿がほっこりして、微笑んだ顔が父に似ているようで、いつまでも父に話しかけるつもりで、今は大事にしていきたいと思っています。



故 米山丑蔵氏と木彫作品

事務局からのお知らせ

令和7年度行事予定 日程の確保をお願いします

◆定時総会

5月29日(木)に予定しています。事業報告・決算報告及び事業計画・予算の説明などを行う重要な会議です。会員そろって出席しましょう。

◆会員研修旅行

10月8日(水)・9日(木)の1泊2日で山形県あつみ温泉方面を予定しています。多数のご参加をお待ちしています。

◆「シルバーの日」奉仕作業

10月15日(水)に予定しています。地域への感謝を込めて大勢の皆さんの参加をお願いします。

配分金・派遣給与の支払日

○配分金、派遣給与の支払いは、就業した翌月の25日です。

○25日が休日の場合、配分金は翌営業日、派遣給与は前営業日になります。

※令和7年4月1日以降の基準単価等を増額改定する予定です。

◆お問い合わせは最寄りの事務局(所)へ

●六日町事務局 / 南魚沼市坂戸399-1
南魚沼市ふれ愛支援センター内
TEL.772-4973 FAX.773-3838

●湯沢町事務所 / 湯沢町大字湯沢1759-1 楽町会館内
TEL.784-2850 FAX.784-2850

Smile to Smile(通称:スマイル)にご登録ください

昨年10月にお知らせしましたが、会員さんとセンターとのコミュニケーションツールとして、「スマイル」サービスを導入しました。

これは、フリーランス法の施行に伴う会員業務仕様書の明示等において非常に有効な手段になります。

今後、このサービスを拡張して、就業報告書や配分金明細書、各種お知らせ等の配信・受信ができるようにしていきたいと考えています。

お届けした「初回ログイン(利用登録)手引」と「ログインID・パスワード通知書」により登録してください。

アクセス方法

●スマートフォン

こちらのQRコードを読み取ってください。



●パソコン

当センターのホームページにあるバナーをクリックしてください

●塩沢事務所 / 南魚沼市塩沢1112-38
南魚沼市塩沢老人福祉センター内
TEL.782-4711 FAX.782-9870

●大和事務所 / 南魚沼市浦佐5430-1 南魚沼市浦佐除雪基地内
TEL.777-5334 FAX.777-5334

平日(年末年始を除く)午前8時30分から午後5時15分



新年明けましておめでとうございます。コロナ禍以降、色々な行事や会合、風習が一変した感じがです。良いのか悪いのか。皆さんはいかがですか?—昨年の夏は暑くて熱くて、私は熱中症で、点滴を3回も受けました。作業を終えて自宅に帰ったら寒気と発熱で大変でした。昨年はこれに懲りて養生し、困り作業を頑張ることができました。シルバー世代は体に気を付けて社会に貢献してゆきましょう。

(人を立て己は小さく腹立てず心は丸く気は長く)の精神です。皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。

広報副委員長 山本 久一(宇津野新田)