

宮津与謝広域 シルバーだより



令和6年1月
(2024年)
No.57



たそがれの
霧よな巻きそ
いにしへが
われにのこせる
天の橋立
晶子



長命いっぷく名水

大内峠にある一字観公園と 長命いっぷく名水を訪ねてみませんか。

日本三景「天橋立」は四大観と言われる見方があり、文珠エリアの「飛龍観」、府中エリアの「昇龍観」、獅子エリアの「雪舟観」、そして与謝野町の大内峠から眺める「一字観」。その一字観公園は、皆様もご存じのとおり日本三景 天橋立が横一文字に眺められる最高のロケーションです。バルコニーから天橋立を眼下に眺められるパノラマコテージ（写真左下）や絶景キャンプ場も備え、観光地とは違った自然公園なのでゆったりとした時間を過ごすことができます。季節に応じ、春は桜、秋には紅葉の名所ともなっており、お弁当持参で自然を満喫してはいかがでしょうか。また、その公園への登り口にある湧水が「長命いっぷく名水」（写真右）です。山頂付近にあるにもかかわらず枯れることなく湧き出ており、雑味がなくすっきりしていて喉越しに広がる清涼感を求めて、遠方からたくさんの方が訪れているそうです。

皆さんも一度、春の桜、秋の紅葉、峠の名水を求めて足を運んでみてはいかがでしょうか。

公益社団法人 宮津与謝広域シルバー人材センター

〒626-0041 京都府宮津市字鶴賀2174-1

電話 0772-25-1560 FAX 0772-25-1561

URL: <https://webc.sjc.ne.jp/miyadu/>

E-mail: miyadu@sjc.ne.jp



新年のごあいさつ



理事長 仲島 淳一

新年明けましておめでとうございます。会員の皆様をはじめ、ご支援を頂いている関係の皆様方におかれましては、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

宮津与謝広域シルバー人材センターは、設立以来三十四年目の新年を迎えました。

この間、会員はもとより行政をはじめ公社・公団、一般企業、個人の皆様には、多大なご支援、ご協力を賜りこの場をお借りして心から厚く御礼申し上げます。

さて昨年は、新型コロナウイルス等の影響で一番落ち込んだ令和二年度より改善傾向にあるものの、コロナ前の令和元年度に比べて九十六%程度しか回復しておらず、加えて、インボイス制度導入に伴う新たな税負担が生じる等、依然として厳しい運営を強いられた一年でありました。しかし、明るいニュースとしては、昨年

の十月二十六日、本田太郎衆議院議員に「自由民主党シルバー人材センター活性化議員連盟」に入会頂き、今後はシルバー人材センターのためにご尽力賜ることとなりました。

シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供すること等により、高齢者の社会参加を促進し、高齢者の生きがいの充実、健康の維持増進、ひいては地域社会の活性化、医療費や介護費用の削減などに貢献しており、シルバー人材センターの果たすべき役割の重要性和、地域社会の期待は一層大きなものとなっております。

このような現状を踏まえ、一人でも多くの高齢者が、福祉の受け手ではなく、社会の担い手として活躍できるよう、本年も引き続き会員増強及び、就業機会の確保・拡大をはかり、高齢者福祉施策の一翼を担っていかねければなりません。

そのため、地域における中核的な活動拠点として、幅広い多様なニーズや地域の特色に沿った事業を、豊富な経験と知識を活かして、力強く展開してまいりたいと決意を新たにしているところであります。

つきましては、行政や企業・個人の皆様方には、今後ともご支援・ご協力を賜りますようお願いを申し上げ新年のご挨拶とします。

謹んで新春のご挨拶を申し上げます

今年もどうぞよろしくお願い致します



専務理事兼事務局長	中嶋道博	職員一同	理事長	仲島淳一	副理事長	島崎兼男	理事	山口孝幸	理事	小田和夫	理事	中田匠	理事	鎌田富美代	理事	五味眞喜子	理事	村山和雄	理事	三野昌平	理事	吉岡義幸	理事	澁谷眞了	理事	山添俊幸	理事	宇野準一	理事	山崎均	監事	糸井正樹	監事	東修一郎
-----------	------	------	-----	------	------	------	----	------	----	------	----	-----	----	-------	----	-------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	-----	----	------	----	------



新しい年を迎えて



伊根町長 吉本 秀樹

新年明けましておめでとうございます。皆様には、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。

公益社団法人宮津与謝広域シルバー人材センターにおかれましては、設立以来「自主・自立、共働・共助」の基本理念のもと、社会の担い手として長年にわたって培ってきた知識や経験、能力を活かし、地域社会の一員として生き生きと働くとともに、様々な社会活動に参加され、地域の活性化に貢献いただいておりますことに、心から敬意を表します。

三年以上にもわたった新型コロナウイルス感染症もようやく収束に向かい社会経済活動が回復するなか、燃油価格上昇からの物価高騰であります。先行き不透明な状態が続くと豊かで安心した暮らしを送ることに不安を覚えることとなります。

このような社会情勢ではありますが、貴センターには新たな就業分野の開拓、会員

の技能習得支援など展開いただき、公共や企業、地域の皆様からの仕事を増やし、会員の就業機会を確保いただいています。今後も地域の社会的ニーズを把握され、更なる活躍をされるなかで会員の確保に努めますことを願うところで。さて、今年の干支は「甲辰」(きのえ・たつ)であります。

「甲」は第一位で、優勢であることを表す他、まっすぐに堂々とそり立つ大木を表しています。「辰」は十二支の中では唯一の架空の生き物、龍(竜)を意味します。水や海の神として祀られてきた龍は、竜巻や雷などの自然現象を起こす大自然の躍動を象徴するものであり、「龍が現れるとめでたいことが起こる」と伝えられてきました。

この二つの組み合わせである「甲辰」は、「成功という芽が成長していき、姿を整えていく」といった縁起のよさを表しています。また、相場格言では辰巳「天井」で、辰年は高値を付けるといわれています。いずれにしても、この四年間の閉塞感が打破され期待の持てる年となるよう祈るばかりです。

結びに、貴センターのますますのご発展と、会員皆様のご健勝とご活躍を心から祈念申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

(このご挨拶は、宮津市、伊根町、与謝野町の順に、代表して一市町長にお願いしています。)

今年は、「辰年(たつとし)」

皆さま、よい新年をお迎えになりましたでしょうか。

新年になると必ず「干支(えと)」が話題になりますよね。

干支の由来と言えば「十二支を決めるために動物に召集がか

けられ、到着した順で十二支が決まった」とも言われていますが、実は、十二支の各文字に動物を割り当てたのは後付けで、そもそも十二支は天文学上の記号として空を十二等分した名称に使われていたそうです。

そしてその後長い年月を経て広く暦を表す記号として使われるようになったと言われています。

辰(龍)だけが架空の動物なの?

干支の中で辰(龍)だけが架空の動物ですよね。他の動物は実在するのになぜ龍だけが架空の動物なのでしょう。龍は古来より中国で権力の象徴とされ、縁起の良い生き物とされていますので、干支を広く浸透させるために縁起の良い龍を干支に選んだのかもしれないね。

辰

《十二支》

子(ね)	丑(うし)	寅(とら)
卯(う)	辰(たつ)	巳(み)
午(うま)	未(ひつじ)	申(さる)
酉(とり)	戌(いぬ)	亥(い)



各地域の公共施設で社会奉仕活動に汗を流しました

伊根町地域では伊根浦公園で

伊根町地域では、十月十二日、伊根浦公園で清掃作業を行いました。伊根浦公園は元伊根町役場のあった所で、現在は舟屋の見える公園として整備され、観光客が多く訪れています。この日は、男性会員九名が剪定や草刈り作業に汗を流し、公園は秋の行楽シーズンを迎え綺麗に清掃されました。



与謝野町地域では加悦庁舎で

与謝野町地域では、十月二十五日、二十名の会員が加悦庁舎周辺で草刈り、剪定、清掃作業を行いました。加悦庁舎は、生垣や庭木など緑が豊富で、庁舎南側の玄関付近は、来庁者が気持ちよく訪れることができるよう、さっぱりと綺麗に仕上がっていました。



宮津市地域では宮津市役所中庭で

宮津市地域では、十月二十七日、会員二十一名が市役所中庭周辺の剪定、除草作業を行いました。ここには大きな松の木やバス停があり人通りが多く、また大手川にも面しているため、気持ちよい景観になるよう、会員は剪定や庭木の整備、清掃作業に汗を流していました。



各地域のイベントで普及啓発活動を実施 シルバーをPRしました

みやづ健康フェスティバルで

宮津地域では、十月九日スポーツの日、島崎公園芝生広場で開催された宮津市地域女性の会主催「みやづ健康フェスティバル」の会場で啓発活動を行いました。また、弁当グラン・マも健康弁当や栗ご飯などにシルバーチラシを添えて販売しました。市民スポーツDayと共同開催された会場には多くの来場者があり、瞬く間に完売していました。



伊根のうみやーもん祭で

伊根町地域では、十月二十二日、四年ぶりに開催された伊根のうみやーもん祭の会場で啓発活動を行いました。この祭りは、伊根町の農林水産物などの「うみやーもん」が一同に味わえるお祭りでも「伊根まぐろ」や「筒川そば」の販売が好評。多くの来場者が開場前から訪れ、五名の会員がシルバーチラシを配って啓発しました。来場者には外国の方も見られ、国際色豊かに賑わっていました。



よさの野菜の駅 秋の大感謝祭で

与謝野町地域では、十一月十二日、よさの野菜の駅で開催された秋の大感謝祭で啓発活動を行いました。この感謝祭は、滝の草餅や手作りこんにやく、温江のばら寿司、栗おこわなどの販売、しいたけ狩りや野菜の収穫体験など地元色豊かな秋のイベント。会場には開始時間前からぞくぞくと買い物が訪れ、九名の会員が多くの来場者に粗品を添えたシルバーチラシを手渡しで配布し啓発しました。



第十回グラウンド・ゴルフ大会を開催
優勝は東修一郎さん(宮津市)



十月十一日、親睦会グラウンド・ゴルフ大会が阿蘇シーサイドパークのグラウンド・ゴルフ場で開催されました。この日は、三十二名の選手が出場。遠くに天橋立を望む会場には歓声が沸き上がっていました。熱戦を繰り広げ、スタート第一打でいきなりホールインワンが出るなど、大いに会場を沸かせていました。
優勝は東修一郎さん(中央)、準優勝は下野哲夫さん(左)、第三位は泉敏雄さん(右)。皆さま、おめでとうございます。

四年ぶり親睦会バス旅行
若狭路でグルメとお買い物満喫



十一月七日、晴天にも恵まれ、四年ぶりに親睦会バス旅行が行われました。行先は若狭方面で会員五十三名(男性三十名、女性十三名)が大型バス二台に便乗し参加しました。初めに敦賀市の氣比神宮を参拝。高さが十九三mもある日本三大大鳥居があり、会員も上を見上げるほどの大きな鳥居でした。敦賀市は、令和六年三月に北陸新幹線が開業予定で、駅も大きくなり市内は活気を帯びていました。

続いて旅行のメインは若狭美浜海の駅でのバイキング料理。海を見ながらのバイキングは大人気で、甘えび、イカなどのお刺身に、目の前で揚げてくれるアツアツのジャンポエビフライが名物。皆さん二尾は召し上がっていました。地ビールほかソフトドリンク飲み放題、ケーキやアイス、クリームもあり、会員の皆さんも美味しい料理に満足そうな笑顔でした。



帰りは、昨年三月にリニューアルした道の駅若狭おばまで買い物を楽しみ、車内ではビンゴゲームに盛り上がっていました。参加した会員の皆さんは、手にいっぱいのお土産を持ち、夕方には無事に丹後へと帰ってきました。参加された会員の皆さん、大変お疲れさまでした。

帰ってきました。参加された会員の皆さん、大変お疲れさまでした。

剪定合同講習会を開催

四月二十四日、会員を対象に剪定合同講習会を開催しました。講師は、京丹後市網野町の植久造園株式会社代表取締役の吉岡隆幸さん（写真下）にお願いし、宮津市体育館前の松などの庭木を剪定しました。この日は、当センターの剪定作業熟練会員から、まだ経験の浅い会員まで十四名が参加し、講師から少しでも技術を学び仕事に活かそうと熱心に聞き入りました。



最初に講師から松の剪定について詳しく説明を受けました。講師からは、「上の方ほど光が当たるので、上から3, 5, 7の割合で枝を残し、下にできるだけ光が入るようにする。」「脚立を立ててベストコンディションに自分の作業位置がセットできたら、届く範囲は手を伸ばしてでもできるだけの範囲を行えば作業効率がよい。」といったアドバイスをいただきました。今年から



本格的に剪定作業に従事予定の会員からは、「大変役に立った。特に松は技術があるので、わからないことが全部聞けて大変参考になりました」と喜ばれていました。

薬膳料理講習会を開催

七月三日、四日の二日間にわたり宮津シーサイドマートミップルにおいて調理講習会を開催しました。対象は、宮津与謝在住のおおむね六十歳以上の方で、応募のあった四名の皆さん。講師は、管理栄養士・国際薬膳師で、舞鶴料理学院の堀祥子先生。今回は、「体にやさしい健康料理（薬膳料理）」をテーマに、

一日目の講義では薬膳料理の基礎を教えていただきました。二日目の調理実習では季節の野菜などを取り入れた夏バテ防止薬膳料理四品を、講師の指導の下、参加者と弁当グラム・マのメンバーと一緒に作りました。参加者からは「以前から薬膳料理に興味があったので大変勉強になった。」「健康のため身近に作れたら良いと思う。」などの声が聞かれました。



草刈機取扱安全講習会を開催

十月四日、草刈機取扱安全講習会を開催しました。参加者は一般から応募のあった三名と会員三名の計六名。午前中は講義を受けた後、午後からは日本冶金工業（株）様の緑地をお借りし実技講習を行いました。講師からは、作業を安全に行うための基本として次のことを学びました。

- 草刈機は手で振らず体の向きで操作する。
 - 草刈機と一体にリズムある動作で作業する。
 - 両足は肩よりやや広げ、すり足で前進しながら刈刃を右から左へ振る。
 - この繰り返しで半歩ずつ前進します。
 - 刈刃は地面から数センチ浮かせ、左側に少し傾けることで安全に作業ができます。
- 飛び石など物損事故の多い草刈り作業の基本に立ち返り、事故なく安全に作業ができるよう心掛けましょう。資料をご希望の方はセンターまでお問合せください。



配分金単価の改定 (改定後)
(令和6年4月1日から)

主な作業料金表 (円)	
作業内容	配分金 一人1時間
草取り、家事援助 屋内外清掃	1,010円
草刈り、農作業等	1,230円
剪定(雑木)、伐採等	1,340円
剪定(松)、墓地清掃、 簡易な大工、塗装等	1,460円

・作業料金は事務費(10%)、材料費、
処分料等が加算となります。
・他の作業はお問い合わせください。

改定後の単価は次のとおりとなっております
ので、発注者、関係者の
皆様には諸物価高騰の折
り誠に不本意とは存じま
すが、ご理解賜りますよ
うお願い申し上げます。



センターからのお知らせ
●作業料金改定のお知らせ

令和六年四月一日から

会員募集中！！

入会説明会にお越しください
毎月20日開催
休日の場合は前日

健康で働く意欲のある
60歳以上の方
ぜひ入会してみませんか？

令和6年 入会説明会

開催日	
2月20日(火)	6月20日(木)
3月19日(火)	7月19日(金)
4月19日(金)	8月20日(火)
5月20日(月)	9月20日(金)

会場/宮津与謝広域シルバー人材センター
時間/午前9時30分から

詳しくは、お気軽にお問合せください
TEL: 0772-25-1560

公益社団法人
宮津与謝広域シルバー人材センター
〒626-0041
宮津市宇鶴賀2174-1
E-mail: miyadu@sjc.ne.jp

新規入会者の声

私は、昨年の5月に60歳となり、これまで務めていた会社を定年退職しました。昨今の高齢者雇用延長の流れにより定年後再雇用を選択する道もありましたが、社会人となって40年近く、これまで思うようにできなかった趣味やこれから取り組んでみたいことなどもあって退職の道を選びました。私の勤務先では同じように5月で定年退職となった方が10人ほどおられました。わたし以外は全員再雇用を選択されて会社に残られました。自分の選択はこれでよかったのか、とも思いましたが、これから更に何年かをフルタイムの仕事に時間を費やすよりは、限られた人生を有意義に使った方がいいとの思いで再雇用は選びませんでした。反面、自分のことだけだと社会との接点がなくなってしまうのは少し不安ではありました。



このようなことをいろいろ考えていたところ、シルバー人材センターの存在を知りました。シルバー人材センターの仕事であれば自身の時間を確保しつつ、社会にもほんの少しではありますがお役にたてるのではないかと、との思いで入会させていただくことになりました。今後はあっせんして頂いた仕事と自身の時間を両立しながら充実したときを過ごしていきたいと思っています。

令和5年7月10日入会

与謝野町在住 男性(60歳)