

埼玉県新座市シルバー人材センター会報

ゆうゆう通信

2023年4月15日 第115号

令和5年(2023年)4月15日 第115号



— 目次 —

大学構内の辛夷こぶし(北野1)

- | | |
|--|-------------------------------|
| 2・3頁 輝くシニアの時代
「会員の皆様に元気をお届けします」 | 8頁 新座再発見
振り向けば昭和(子供の遊び) |
| 4頁 ズームイン女性会員
女性活躍推進研修/
女性限定入会説明会 | 9頁 言いたい放題時事呆言
「花見はどこへ?」 |
| 5頁 地区懇話会
6地区/8地区 | 10頁 ゆうゆうエンタメ
Drama/Craftほか |
| 6頁 情報スクランブル | 11頁 親睦会だより
サークル紹介/こらむ一寸一息 |
| 7頁 新・健康ニュース
フレイル予防レシピ | 12頁 理事会報告/編集後記 |

輝くシニア の時代



小泉 純子さん

(児童見守りと活動の補助)
フィルハーモニーコア新座
アルト部門で活躍



待ち合わせ場所の駐輪場に着き、時間の確認をしているといきなり声をかけられた。「小泉です！」紹介者の話した通り、細面の柔和な笑顔があった。「先に行って、お待ちしてますね」と、全て先手を取られてのインタビュー開始となった。

「そんなに輝いて活動しているとは思いませんけど」と今回の企画意図のポイントを突いてきた。一呼吸入れ、体勢を立て直してこちらのペースを取り戻す。

「今の仕事は大変だけど、子供が大好きなので、楽しいですよ」という。内容は、特別支援学校児童を下校時から親の手に渡すまでの14時～17時半の週4日のケア・サポートだ。2年ほどの就業になるが、以前は栗原小学校の用務員を始めたが、体調不良で短期に終わったとのこと。SCとは別に動物保護のボランティア活動も20年以上続けているという。ある種通ずるところがある。

ご主人は日本有数のフルート奏者ながら、そろそろ後進に道を譲る年齢であり、レッスン中心で在宅が多いとか。

ひとしきり結婚55年の「おのろけ」と「ぐち」をうかがい、本題である「合唱」の話に入る。新座市内の合唱団同士のあれこれ、コロナによる団員の減少、稽古状況、舞台発表の楽しさ等、次々と話は広がっていった。(吉田)

会員の皆様に
元気を
お届けします



後列右から2人目が峰岸さん。前列中央がアラカイの森由利子先生



峰岸 直子さん

(大和田公民館就業)

フラダンス「モキハナ」で活動

※モキハナとはハワイに
植生する樹木のこと

「楽しいことをしていると、飽きないんです」という峰岸直子さん。新座市立大和田公民館で就業する傍らフラダンスのサークル「モキハナ」で活動して10年になる。中には16年というベテランもいる。皆さん異口同音に、リズムに乗って体を動かし短い時間だが仲間と居られる楽しさがあるという。なるほど、取材に何うと笑顔とジョークのシャワーを浴びたように心が和らぐ。だが、取材を終えてから実際に体を動かしてみると実に難しい。足と手が違う動作をしながら体全体を柔らかく動かさなければならない。

足はリズムをとり、手は手話をしている、優雅で頭を使う動きなのだ。その日、40～85歳までのメンバー10人が集まった。アラカイ（インストラクター）の森由利子先生を中心にウォーミングアップから入り、4時間余りを踊った。踊った後はみんなでおしゃべりして散会する。「もちろん上手になりたい気持ちはある、それもメンバーの温かさや優しさがあるって続けられる」という。今年も市民まつりや大江戸新座祭り、中央公民館祭りなどで踊りを披露する予定だ。(大島)

ズームイン
女性会員

女性活躍推進研修

新座市シルバー人材セン

ターの「女性活躍推進研修」が2月8日、会議室で行われた。冒頭、主催した就業開拓委員会の清水陽介委員長が「特に女性議員が少ない日本は世界の中で遅れていると言われていた。この研修を2回3回と続け、後から来る人の活躍する場が広がる」と挨拶。

SC会員が就業に必要な知識や技能を身につけられるよう、接遇・電話応対、苦情対応、メンタルヘルスな



どの講習会を随時開催しているが、女性活躍のテーマは初めてという。

16人が参加し、人材サービスクの宮本映子シニア・エグゼクティブ・アドバイザーが講師を務めた。



宮本さんはまず受講者を4班に分け、各班で進行役を決めて名前と子供時代にどんな遊びをしたかを紹介し合うよう指示。そして少子高齢化や女性の意識変化を背景に2016年に女性活躍推進法が施行された経緯などを説明した。

その後、新座市SCについて班ごとに「本音トーク」を交わし、各進行役が「公共施設の夜の仕事は男性になっっているが女性も働きた

い」「入会説明のナレーションはAIより女性が読む方が温かみがあって来やすいのでは」などと発表した。

各自が「町内会長は、男性の方が女性よりも適していると思う」「忘年会などの

の酒席で女性はお酌をする方が自然だと思う」といった16問に答える「ジェンダー・チェック」もあり、「はい」が4個までは女性らしさ男性らしさにとらわれない、5〜8個はとらわれない、5〜8個はとらわれないと宮本さんが解説すると、受講者から「えっ」などと声が上がっていた。

最初に挙げ合った子供の頃の遊びは、女子がままごとやゴム飛び、男子は鬼ごっこや野球が多かった。宮本さんは、知らず知らず枠が与えられ、女子は「親和」、男子は「解決」を学ぶ傾向があったことも理解した上で、性差に関係なく個を尊重し合い、地域社会のために経験と知識を生かし、やりがいを持って働くことはSCの基本理念と一致する、とまとめた。

受講した松澤佳子さんは「楽しかった。自分のやりたいことを高めて、幸せな人生にしていきたい」と話した。

女性限定入会説明会

(梁川)

2月26日野火止公民館で女性限定入会説明会が行われた。2階、講義室入り口で受付を済ませ、資料がセットされた席へ。この日の参加者は、14名。



会は午前10時から渋谷サヨコさんの司会で始まり、金枝久子理事からセンター事業紹介についての詳細な説明とDVDが上映され、その後、会員開発委員の松森真理子さんから自身の就

業体験談があり、みなさん熱心に聞き入っていた。

金枝理事による入会相談での質疑応答も活発にされ、前迫シヅエさんの入会方法についての説明で会は11時30分に閉会した。

今回は女性限定の会で自分がやりたいことに関する質問等が絞られ、話しやすかったとの声もあった。



説明会リーフレットのタイトルルコピーに、「もういちど、働こう」「楽しむ自分を好きになる」「知識や経験を生かして働いてみませんか?」この言葉に引き寄せられて、来て見る気になったという人もいた。ガンバろう! シルバー世代! 無理のない範囲で! (小泉)

地区懇話会

昨年末からコロナ禍も少しずつ収束に向かい、地区活動も徐々に動き始めました。まだまだ制約が残り、飲食自粛ムードのなかで工夫を凝らした懇話会が開かれています。今号では6地区と8地区をとりあげます。

6地区 健康管理士の 上原道康氏が講演

昨年11月19日午後1時から野火止四丁目集会所で行われました。



新築のまだ木の香が残る気持ちの良い集会所です。地区長を先頭に会員が自主的に準備を進めて定時に始まりました。



ひと通り挨拶や報告が終わり、上原道康会員の講話が始まりました。「ゆうゆう通信」107号から110号まで「おじいちゃんとお孫娘の会話」の執筆者として覚えている方も多いと思います。

「上原さんの話を聞きに、懇話会に参加した」と言う会員もいらつしやり、生の話を聴けるのを楽しみにしておりましたという声が多かった。

今回のテーマは「健康長寿と食事について」です。
難しい言葉を使わない、会場を

出て直ぐ役に立つ内容を選ぶというモットー通り、笑いを織り交ぜた講話に聞き入りました。

その後、新会員の自己紹介があり、どなたも話し上手で場が更に和やかになり、久し振りと思えない懇話会となりました。

8地区 参加者は 女性多く華やかに

令和5年3月5日10時半〜12時まで野火止公民館で約3年ぶりに懇話会が開催された。

参加者17名の内11名が女性という華やかな会になった。橋本淑子地区長の挨拶に続き、今回は成年後見委員会から金枝久子理事が駆



けつけ、令和5年度事業計画の魁として地区会員でもある内藤孝一委員の講演が行われた。

語調は柔らかく、解りやすい言葉で専門用語を説明し、地区会員の皆様も、傾きながら、又メモを取りながら聞き入っていた。



その後、地区会員の近況報告があり、職群現場でのシビアな指摘があったり、記録にはのらない個人的に行っている町内清掃や花ボランティア等の地道な活動紹介があったりで、終わるたびに賛同の拍手が湧き上がった。

一人ひとりの報告が大きな刺激になり、地区懇話会本来の趣旨にかなった中身の濃い会であり、時間が足りない程であった。

情報スクランブル

第40回公共職選考会

令和5年2月3日から24日までの期間。全34職種について、就業説明会が行われた。通称「青紙」と呼ばれ、春と秋に行われる選考会には多くの応募者がエントリーする。



選考する側とされる側、片や公平な機会均等を目論み、片や経験をもっと活かしたいと願う。それぞれ思いは違っても、重みのある季節に変わりがない。

40回という流れの中では満足も不満も幸運も不運も幾多のドラマがあった。今回は期待した通知を受け取れなかったけれど、新しい風景も見れなかったが、自分探しの為に秋も応募しようと思う。シルバー世代は打たれ強い。(太刀川)

メンタルヘルス講習会

メンタルヘルス講習会が2月16日、新座市SC会議室で開かれた。会員が健やかに生き生きと働けるための支援に就業開拓委員会が2020年から開催し4回目。14人が参加した。



講師の浜田幸子さん「社会保険労務士」は「風邪で

病院に行くのと同じように『心の風邪』を相談できる先生を見つけておくといい」とアドバイス。受講者は「人から嫌われることは恐ろしい」「幸せは長く続かないと思う」などの35問に「全く思わない」から「かなり思う」までの5段階で答える「ストレス(タイプ)診断テスト」に挑んだ。



その結果「完璧もえつき型」や「過去思い悩み型」など7タイプに導かれたことに対し、浜田さんは「自分のタイプを知り、不調に

気づいたら一人で考えないで親しい人に話してみる」と勧めた。

最後に全員一人ずつ感想を求められると、「自分を知るきっかけを頂き楽しい時間だった」「一人で抱え込む癖があるので友達に相談していきたい」などと発言していた。(梁川)

リーダー研修会

第19回リーダー研修会が3月8日、新座市民会館で開かれた。コロナ禍で2019年度以来3年ぶりの開催。役員と8委員会の地区、職群班、親睦会から約120人が参加した。

福島和男理事長が開会あいさつで、昨年12月に新座市などと協定を結んだ空き



家管理事業と10月に導入されるインボイス制度への対応を紹介。

その後、「高血圧はほととくのが一番」などの著書がある内科医の松本光正氏が「笑いと健康」と題して講演した。



松本氏は、加齢で血管が狭くなるので、立ち上がった哺乳動物である人間は血液を脳に送って命を守るために血圧が上がるのに、その変化に製薬メーカーが「症」を付けてもうけるなど「真相」を次々と暴露。「くすりはリスク。笑いが一番の万能薬です」と盛り上げた。

主催した総務委員会の山口俊朗委員長は「久しぶりに集まれ楽しく有意義な話を聴けて良かった」と話した。(梁川)



冷凍キノコと豆腐のとろけるチーズスープ

新・健康
ニュース

フレイル予防レシピ
新座市長寿はつらつ課 長寿医療係



レシピ動画はこちら

Point フレイル予防には、良質なたんぱく質をしっかりとることが大切です。
たんぱく質を意識したバランスの良い食事、フレイル予防に取り組みましょう。
冷凍キノコは手軽な食物繊維摂取におススメです。色々な料理に活用ください。

【材料：2人分】

- ◇ 冷凍キノコ…80g
- ◇ 玉ねぎ…中1/4個
- ◇ 豆腐…1/2丁(150g)
- ◇ 水…3/4カップ(150ml)
- ◇ コンソメ(顆粒)…小さじ 1/2
- ◇ 塩こしょう…少々
- ◇ ピザ用チーズ…20g
- ◇ 乾燥パセリ…適宜

【作り方】

- ① 耐熱用カップに、薄くスライスした玉ねぎ、冷凍キノコ、コンソメを入れます。水を加えて軽くラップをし、電子レンジ(600W・3分)にかけます。
- ② ①に、1cm角に切った豆腐、塩こしょう、ピザ用チーズを加え、もう一度ラップをして電子レンジ(600W・3分)にかけます。
- ③ お好みで、乾燥パセリをかけて完成です。

【1食1人当たりの栄養成分表示】
 🔥熱量 108kcal 💧脂質 8.9g ⚖️たんぱく質 6.5g
 🧂塩分相当量 0.9g 🌿食物繊維 2.7g
 ※日本食品標準成分表 2020年版(八訂)使用

🐦 → 冷凍キノコの作り方

えのき、しめじ、しいたけ、まいたけ、エリンギ等。お好みのキノコを用意します。

キノコをお好みの大きさに切り、ボウルで混ぜます。冷凍用保存袋に入れ冷凍します。

出来上がり!!
1か月の冷凍保存が可能です。凍ったまま加熱調理しましょう。



貝独楽 (ベーゴマ)

広辞苑をひろげてみると「貝独楽」と書いてベーゴマと読む。そして、元々は巻貝の殻に、溶かした鉛を注ぎ込んで作った独楽で「ばいごま」ともいい、材質も木から鉄へと変化したと書いてある。そんな由来は知らずとも、当時は誰でも男であれば夢中になってベーゴマに興じたものだ。取り合いの勝負だから目の輝きは半端ではない。



私もその一人であったが、勝負には結構強くていつも袋がいっぱいに膨らんでいたと記憶している。持ち歩くのに重たいし、一度に沢山は必要がないから小分け

して木の根っこ辺りに穴を掘って埋めておいたものだ。

お弾き

僕等が遊び盛りであった昭和三十年前後は、数ある遊びの中で、お弾きは代表的な遊びの一つといえる。



どちらかというとなりの子が好んでしていた遊びであるが、当時は性別をあまり意識しない年齢でもあり、五人兄弟のうち下の二人が女の子だったので一緒に遊ぶことにあまり抵抗がなかったのかもしれない。

雨の日などは外での遊びができないから家の中でということになる、隠れん坊やすごろくやカルタであったり、折り紙やアヤトリ

など沢山あるがどれも長続きしない。その点、お弾きは皆が一樣にできるし、勝ち負けの世界だから真剣にならざるを得ない。参加者全員が決まった数のお弾きを卓袱台の上に出し合い、そのうちの一人がお弾きを掌の内側に納めて振り出すと適当に散らばる。そこから勝負がはじまる。

三角乗り

ための頑丈な自転車だけしかなかった時代である。そんな自転車はとも三歳や四、五歳では手に負えないから、乗る練習を始めるのは一年生になってからだったろうか。

それでも体はまだ小さいので、またいでは足がペダルに届かない。仕方なく片足を三角に突っ込みペダルを踏むことになる。何とも滑稽な姿勢なのである。

今の自転車は、実用的なものから行楽用、スポーツ用までと、大きさは大人用から子供用・幼児用まで、そして男女別と、まさに多種多様のスタイルがあつて、望むならばそれぞれの目的や体格に合った自転車は何時でも求めることができる。僕らが小さい頃は、自転車といえば大人用で男乗りタイプ、しかも荷物を積む



ている。田圃や畑や畦道などから草萌えが始まる。すっかり葉を落としていた庭先のどうだんつつじは、小さな枝先の芽が昨日より今日と膨らみを増している。



短かった春休みが終わって始めての登校日は、新一年生を迎える事、自分が一学年上になる事、今までは別の教室に移る事、もしかして優しい先生が担任になるのではと思ったりする。

満開だった入学式の頃のさくらは、一年生が学校に慣れてきた頃には、早くも花吹雪となつて舞い落ちる。なんとすばらしい場面を自然は作ってくれたことか。花びらの絨毯が敷かれた校庭の片隅は、新一年生を迎え入れ、一緒になって戯れる場所と決めている。この場所が最高のロケーションだという事を子供達は知っているから。

さくら咲く木の下で

春休みが始まる頃の陽気は日々刻々と暖かさを増し



言いたい放題 時事 呆言

花見はどこへ？



▶ 満開の桜とともに思い出す ◀

東京銀座の数寄屋橋交番横に大きな桜の木があります。満開になるとそれは壮大でとても綺麗なんですよ。私がまだ若い時は、半ドン勤務がありましたので、土曜の昼下がりに数寄屋橋公園のベンチでアルコール片手に爛漫たる桜花を眺め、まったりとした時を過ごしておりました。

ただそこには必ず大日本愛国党の総裁・赤尾敏さんがいらっしゃって街宣車から街頭演説を聞くはめに。話の内容よりも毎週土曜日欠かさず演説されることに感心していました。銀座一筋43年の職業人生の中のささやかなお花見の懐かしい思い出です。

(コミセンのピアニスト 野火止67歳男)



▶ 秋ヶ瀬公園の雨の桜 ◀

そろそろ花見の頃になる。我がマンションにも十数本の桜の木がある。しかし、マンションの敷地にゴザを敷いての花見は味気ない。一度だけこの桜の花吹雪に遭遇したことがある。あの寒い思いをした夜桜や大勢で繰り出した花見よりも感動した。しかし、もっと感動した花見があった。妻と二人で秋ヶ瀬公園に出かけた。あいにくの雨の中、桜並木まで歩いた。満開の桜が雨に打たれている。妻は「早く帰ろう」と言う。「頼む、もう少し見させて」。私はすごいモノを観たと思ったのだ。桜の雨だ！ 雨に打たれて散る花びらは、この世のモノとは思えないほどに幻想的だった!!

(すごいモノを見た男 野火止70歳)

▶ 上野公園の場所取りで悪戦苦闘 ◀

社会人になって直ぐ先輩から上野公園の桜の花見の場所取りを任された。新人数人で枝ぶりのいい大きな桜の木の下、大勢が座れる平らな場所をリサーチ。しかも駅近で比較的トイレも近く、園路灯やボンボリで明るく照らしてくれる、そんな都合のいい場所だ。園内広しといえども数か所しかない。悪戦苦闘して、毎年なんとか確保した。桜の花を愛でるなど感傷に浸る暇はない。それが私の花見だった。一時国際色豊かだったが、それも遠い昔の話。時は移り今は妻と2人、千鳥ヶ淵、目黒川、新宿御苑とゆっくり純粋に桜の花を愛でる。秩父長瀬の桜ロードは1人で散策。至福の一時だ。

(至福の時を楽しむ男 大和田70歳)

▶ 桜花より菜の花に ◀

桜が美しいと思う所は市内本多緑道。自然に咲いた感じがしてとても好きですが、菜の花一色に染まった景色もいいですよ。川島町付近の荒川沿いにサイクリングロードがあり、毎年その斜面一帯が菜の花一色に染まります。直線で優に2km位はあると思われるこの辺りは花摘みをしてもいいそうで、必ず菜花摘みをする人と出会います。近くの専農家で花のことを尋ねてみると、菜の花を摘むのなら、鎌を貸してあげるよと言われました。花の蜜を懸命に集めている蜂を横目に、私も少しだけ花を摘んで帰り、おひたしで頂きました。春一番、天然のほろ苦い味は格別です。

(ほろ苦い味に魅了された女 東74歳)

▶ 老いた一本桜の生命力 ◀

群生した桜では市内や市内近郊の柳瀬川や新河岸川、黒目川沿い、旭が丘団地前、和光市の樹林公園前など毎年見る機会が多かった。目を転じて友人達と隅田川をシーバスで移動しながら見た川沿いの桜も味があった。若い頃は日本3大桜や枝垂れる夜桜に感動したもののだが、最近は一ひっそりと咲く一本桜に魅入られている。その一本は、飯能市長浜にある「八徳の一本桜」。かつて子供が保育園児だった頃、卒園の遠足に同行して見たことがある。老木の生命力に感動してその場をしばらく動けなかった。まだ見ぬ一本桜に、長瀬の法善寺境内の枝垂桜がある。見たいと思いつつまだ実現していない。

(一本桜に魅入られた男 東北80歳)



▶ 桜吹雪のトンネル ◀

最近、「女神(テミス)の教室」という法科大学院のTVドラマで、三鷹にある母校(ICU)の本館と芝生が登場してびっくり。実は法学部もロースクールもない大学で、小室氏が日本の司法試験合格をあきらめたのも不思議ではない。キャンパスの一番の自慢は、正門から教会まで続く長さ600メートルの道路(元は中島飛行場の滑走路)の桜並木である。戦後すぐにソメイヨシノが両側に植えられて、現在は100本以上あるそうだ。地元民にも人気の花見場所。私は、桜の季節には桜吹雪のトンネルの中をルンルン気分自転車をこいで通ったものだった。

(いつもルンルン気分の女 野火止68歳)

私のゆうゆう エンタメ

映画 音楽 文学 芸能 スポーツ などなど

会員の皆さんのこれまでの人生で、心に残った経験や作品や1シーンなどをご紹介ください。ジャンルは問いません。約380字と写真やイラストです。

Drama

(野火止7 N.O.)

俳優座公演「対話」

その日、2時間10分の公演中に女性が1人退出した。気分が悪くなったのだ。椅子が8脚あるだけのシンプルな舞台の翻訳劇であるが、内容は重く過酷なものだった。1人娘をレイプされて殺害された中年の夫婦と、殺害した



た男の家族(母親、姉、弟、伯父)が調停人の仲介で話し合う場面が延々と続く。罵詈雑言が飛び、すすり泣きが起こり、被害者の父親が相手の家族に掴み掛かろうとする場面

面もしばしば。解決の見込みのない対話が延々と続く。

ドラマの終盤に強圧的な態度だった父親にも弱さや娘への愛情の薄さが露呈し夫婦喧嘩が始まる。加害者家族にも綻びが見えはじめ、責任の押し付け合いや自己懺悔があり、事態は人間本来の不完全さを見つめたドラマになってゆく。単なる対話ではなく「修復的対話」をめざしたデヴィッド・ウィリアムソンの脚本が成功している。

Craft

(野火止7 尾形 三津子)

スワロフスキービーズよさらば!

20年ほど前に手芸好きの女性たちの中で、ビーズアクセサリーブームが起きました。おもちゃのビーズとは違い、ダイヤモンドみたいにキラキラ輝く透明ビーズを使って、ペンダントや指輪を手作りしました。



そのビーズはオーストリアのスワロフスキー社が製造する「スワロフスキー・クリスタル」という製品です。さまざまな色のクリスタルガラスが精密にカットされていて、1パック30個入りでも数百円でした。私

は浅草橋の間屋街まで買いに行きました。

その後も人気でしたが、2020年末にスワロフスキー社が突然DIY業界からの撤退を宣言し、ビーズと貴金属を使った完成品の高級アクセサリー販売に転換しました。一時世界中の手作り派が怒りやパニックに陥りましたが、他社からほぼ同品質の代替品が出て、騒ぎが落ち着いたようです。

My Amusement Place

(北野3 吉田 紀生)

TDL/USJよりも上だ

現役時代、私の楽しみは時間を見つけて紀伊國屋や八重洲ブックセンターをぶらつくことだった。単に読みたい物を探だけでなく「これはどういう事?」とか「気になってたんだ。この事が」というものが、目に入り手に取って覗く。買わないが記憶に残る。突然必要になることが度々あった。何よりもタダが一番。時間の配分が自由。人目が気にならない。贅沢な遊び場だった。

今は近くの「BOOK OFF」へ出かける。100円で文庫を購入、CDのコーナーへ足を延ばす。ほんの狭い一角に「歌謡曲・フォークソング」があり、60・70年代の色々を探し出す。中々思い通りの物は置いていないが、捜し物に出会う事も度々だ。迷わず購入し急ぎ帰宅、たっぴりと至福の時間を過ごす。その後お茶を飲みながら100円文庫の時間が始まる。「BOOK OFF」が今やMy Amusement Placeとなった。



Book

(東2 小泉 悦子)

「捨てないパン屋の挑戦」

図書館に行ったついでに、文字が大きく読みやすそうと目についたのが「捨てないパン屋の挑戦」(井出留美著、あかね書房)でした。課題図書とあるので子供向けかと思いましたが、内容は大人にもしっかり読める一冊です。

著者は登場人物ではなく、広島県のある町で、実家がパン屋を営んでいるが、自分はパン屋を継ぎたくなかった。全く違う、自然破壊や環境問題に関心が向き、そちらの道へ進んでいくという男性の話を纏めたもの。その中でやはりパン屋のあり方も、自然破壊や環境問題などに繋がるということに気づく。そして自然に優しいパン作りとその仕事の方法を学ぶため、ヨーロッパに渡り、天然酵母を使って石窯で焼く……。ここでは細かい説明は省きましたが、食べ物「捨てない」という言葉の意味が納得できた一冊です。



▼親睦会だより▲

「新春のつどい 盛大に開催」

日頃より親睦会事業にご協力いただきありがとうございます。

本年の「新春のつどい」は令和5年1月15日場所は新座市民会館ホール、親睦会はセンターの第一部の講演会終了後、第二部、新春大福引大会を開催いたしました。本年度も残念ながらコロナ禍で交流会は中止いたしました。

福引は昨年同様パワーポイントで当選番号を映しだし、会場から見やすくして実施、番号が出るたび、私当たったと手を高々とあげ、拍手と歓声が上がりました。新たな年に相応しく大変盛り上がりました。

大福引大会はいつもより多い賞品を用意し、特賞・一等賞・二等賞・三等賞・四等賞・残念賞と参加者全員が当選するようにしました。又、お土産は今回もお祝いに相応しい埼玉銘菓

「くらぶくり」を中心に選び大変喜ばれました。参加者は悲喜こもごも今年も頑張るぞと胸に思いを込めて帰路につきました。



中央 特賞表彰者 阿河孝雄さん

◎親睦会今後の予定

①春の日帰り旅行

5月28日(日)と

5月29日(月) 両日

旅先は春の花探し

「潮来と佐原の町散策」

②スマホ講座 第二弾

6月7日(水)

LINEの基礎的な内容と便利機能の体験

場所 センター会議室

時間 午前10時から

サークル紹介

健康麻雀よつば会

「健康麻雀」よつば会は現在会員56名です。入会にあたり雀歴、エピソード等書いていただいています。女性会員も在籍しております。入会金は500円、参加費は、その都度2000円です。活動会場は野火止公民館で第2、4月曜日の午後、畑中公民館で第1、3、5日曜日の午後です。現在コロナ禍のなかで対応を考慮して楽しくプレーしております。よつば会は例会に参加している人達が楽しくプレーをするところです。皆様の入会をお待ちしています。(長谷川昭也 090-15828-10961)



ゲーム終了後も和気あいあい

銀声カラオケクラブ

今年創立20年になる。

唄好きが、集まったカラオケサークル、活動は月2回第一水曜日が志木駅南口「咲くら」第三日曜日が志木駅東口「カサブランカ」音響抜群のカラオケ店、貸切りで12時30分から17時まで、ナツメロから最新演歌各自思い思いの歌唱で楽しい一時となります。夏の暑気払い、暮れのクリボー会是一段と盛況。また、カラオケで歌う事は全身の老化防止につながり健康寿命を延ばすきっかけになります。唄・歌の好きな方、入会は随時受け付けております。(萩元義明 090-4421-17941)



仲間になろうよ

こらむ 一寸一息

私は日本舞踊を40年以上続けてきた。それには大きな理由がある。尊敬して止まない踊りの師匠に巡り逢ったからだ。師匠の踊りが素晴らしいのは当然として生き方そのものが尊敬できた。

踊りを始めて間もない頃だった。歌舞伎を観た帰り、師匠は、「たとえ何百万の着物でも、着られないで着こなす人になりなさい」と話された。その言葉は私に衝撃を与えた。砂が水を吸い込むように私の生き方は変わった。伝統芸能(能・文楽等)にも触れ、日本の文化を学ぶ機会が増えた。自ずと着物の着こなし方にも良い影響を受け、上達したと思う。また、ある時、私の日々の状況を聞かれて「時間を大切に生き方をしなさい」と論された。今は、師匠に直に教えて頂く事はもう出来ないが、時間を大切にする生き方が出来ているかと常々自分に問いかけながら過ごしている。(田中ハツエ)

理事会報告

第9回 (1月30日開催)

①1月分正会員 男性6名、女性4名の新規正会員の入会が承認された。

【1月末日 正会員数は1829名】

②次の事項について報告され承認された。

・公益社団法人新座市シルバー人材センター(SC)の事務員規程の一部を改正する。

・SCの配分金規程の一部を改正する。

・SCの職員給与規程の一部を改正する。

・令和4年度SCの補正予算について。

・令和5年度役員賠償責任保険の加入について。

③次の事項について報告された。

・12月分の実績について。
・新座市との空き家等の適正な管理の促進に関する協定締結について。

第10回 (2月27日開催)

①2月分正会員 男性12名、女性8名の新規正会員入会が承認された。

【2月末日 正会員数は1836名】

②令和4年度SC補正予算(第2号)について報告され承認された。

③1月分の実績について報告された。



第11回 (3月31日開催)

①3月分正会員 男性13名、女性4名の新規正会員の入会が承認された。

【3月末日 正会員数は1776名】

②次の事項について報告され承認された。

・令和4年度公益社団法人新座市シルバー人材センター補正予算(第3号)
・令和5年度事業計画(案)
・令和5年収支予算(案)

③次の事項について報告された。

・2月分の実績
・職務執行状況

成年後見委員会 令和5年度 事業計画

委員及び講座修了者がローテーションを組み、全28地区を訪問致します。懇話会、ボランティア活動終了後のお茶飲み会等で会員がお集まりの時は是非お声掛けをお願い致します。

制度の啓発や委員会の日常活動紹介を通じて会員皆様のご理解を頂き、地域の方の困りごとの駆け込み寺として、相談役として、成年後見委員会との橋渡しをお願い致します。

事務局職員の 自己紹介



初めまして。令和5年1月より新座市シルバー人材センターに勤務しています。長谷洋二郎と申します。

趣味は釣りと体を動かすことで特技は泳ぐことです。センターでは、主に管理部門で経理の分野を担当させて頂いておられます。

これまで私は新座市のお隣、清瀬市役所で介護保険を所管する部署で制度運営に従事していたり、医療機関で人事や総務を経験してまいりました。そうした経験を活かして、新座市のシルバー会員の皆様が無事に就業や社会参加を果たしていけるよう努力していきたいと思っております。

会員の皆様におかれましてはご迷惑をおかけするところもあるかと思いますが何卒よろしくお願い致します。

【表紙の呟き】

桜に先駆けて真っ白な花が風に揺れる。白木蓮と間違えるが、コブシの花は何気に「儂げ」だ。「新座市花」となっているが、市内でも数は少ない。志木駅前並木が、数年前の害虫被害から立ち直り、今年は見事な満開を見せていた。

(吉田)

訃報

- ・齋藤ひて子様 (75歳) 野火止1丁目
 - ・武藤美津子様 (74歳) 野火止5丁目
 - ・蓬萊 巧様 (74歳) 野寺3丁目
 - ・栗林富美子様 (84歳) 北野3丁目
 - ・宇佐美達男様 (78歳) 野火止5丁目
 - ・乗松 範子様 (74歳) 栗原2丁目
 - ・黒瀬 浩二様 (62歳) 新堀2丁目
- 謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈りいたします。

編集後記

本誌112号から参加させて頂いております新参加者です。

毎回の編集会議は諸先輩方の白熱した意見が飛び交い、「私、ここにもいいのかしら?」などと思ったり。ハラハラ、ドキドキですが、12ページの出来上がりを手にとるとサスガ!!です。

今号のメインテーマは「輝くシニアの時代」です。ご登場いただいた方々の活躍ぶりがステキでした。元気の源、ここにあり、です。

(小泉)