

シルバー人材センター広報誌

ぬまた



公益社団法人 沼田市シルバー人材センター 沼田市東倉内町 282 番地 8 TEL0278-24-2942

自主・自立、共同・共助



市行政業務作業員の方々

も く じ

- 新年のご挨拶
- 定時総会・事業実績
- みんなの広場
- 会員俳句集

人生 100 年時代を生きる 生涯現役、生涯青春



星野 稔

沼田市長

明けましておめでとうござい
ます。
貴センターの会員及び役員の皆
さまには、平素より市政各般にわ
たり多大なるご協力を賜り、厚く
御礼申し上げます。
昨年5月8日、新型コロナウイルスの
感染症法上の位置づけが季
節性インフルエンザなどと同じ5
類へ移行したことで3年余り続い
た我が国のコロナ対策は大きな節
目を迎えました。一方で国外にお
けるウクライナ情勢や各地の紛争
等により、原油価格や物価の高騰
が止まらず、私たちの生活に非常

に厳しい影響を与えました。さら
に、全国的に広がっている少子高
齢化の現象の中において、本市で
は65歳以上の人口が35%を超
えました。
そのような状況の中、日頃から
就業活動を通じて、生きがいづく
りや社会参加の創出などによる健
康維持に加えて、地域社会の活性
化などに繋がる貴センターの活動
は、これまでも増して重要な役
割を担っていると感じておりま
す。
本市第六次総合計画に基づき策
定した「いきいき長寿のまちづく

り計画」では、「高齢者のいきが
いづくりの推進」を基本目標に定
め、「地域支え合いの推進」や「生
きがいづくりの支援」を掲げてお
ります。依然として厳しい状況で
はありますが、皆さまにとって希
望ある素晴らしい一年になります
よう一層努力してまいりますの
で、引き続きご支援ご協力を賜り
たくお願い申し上げます。
結びに、皆さまのご活躍とご健
康をお祈り申し上げます。また沼田市
シルバー人材センターの益々のご
発展をご祈念申し上げます。新年のご
挨拶といたします。



井澤 和男

群馬県シルバー人材センター連合会 副会長
沼田市シルバー人材センター 理事長

新年のご挨拶

明けましておめでとうございま
す。
皆様には健やかに新年をお迎え
のこととお慶び申し上げます。
平素より多くの市民の皆様には、
シルバー人材センターの事業運営
に格別の御理解とご協力を賜り厚
く御礼申し上げます。星野稔市長、
中村議長はじめ市議会の皆様、企
業の皆様のご支援に深く感謝申し
上げます。
昨年は新型コロナウイルスの影
響も少しずつ改善され、日常を取
り戻しつつありますがまだまだイ

ンフルエンザウイルスを含め油断は
できません。
私たちシルバー人材センターで
は多くの皆様のご支援を頂き前年
比増の成果を収めることができました。会員の皆様のご努力に感謝
申し上げます。これからも長年
培った知識・経験を活かし地域社
会への貢献に邁進してまいります。
ひいては高齢者個人の健康寿
命につながる大きな喜びで
す。
人生100年時代と言われ。医
療費増大の下では病気にからな

い、つまり未病化が大きな課題で
す。生涯現役社会に向け私たちは
これからも会員一人一人が安全で
健康に働ける環境づくりに努めて
まいります。
皆様におかれましては希望に満
ちた素晴らしい一年になりますよ
う心よりお祈り申し上げます。新年の
御挨拶といたします。

事務局

- 野村 忍 深代 聖人
- 角田 祥樹 小林 恭子
- 入澤 昌枝 山田 和子
- 中島 英子

- 理事長 井澤 和男
- 副理事長 宮下 宏
- 理事 高橋 正明
- 理事 山田 勝
- 理事 角田 真由美
- 理事 櫻井 富治
- 理事 茂木 ヒロ子
- 監事 桑原 勝彦
- 監事 信澤 毅

本年もシルバー人材センターを
よろしく願っています。

謹賀新年



坂井 隆

利根郡信用金庫 理事長

新年を迎えて

明けましておめでとうございます。皆様には、健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、当金庫への日頃のご支援とご愛顧に対しまして、心より厚く御礼申し上げます。

利根郡信用金庫（とねしん）は、中小企業の発展・地域社会の繁栄に寄与することを社会的使命とし、地域の皆様に支えられながら今年で創立108年を迎えます。

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症の5類移行により徐々に普通の生活が戻ってきたように感じる一方で、原材料価格の高騰やコロナ禍における無利子・無

担保融資（いわゆるゼロゼロ融資）の返済開始などにより、地域経済は今もなお苦しい状況が続いていると思われまます。

このような状況の中、我々の果たす最も重要な役割は、事業者様のご支援であると考えます。経営改善・事業再生のお手伝い、事業承継支援などは地域の事業所減少にブレーキをかけ、地域経済の回復・成長につながるものと信じております。とねしんには、2000余名の役員がおります。お取引先が知恵を絞り、地元信用金庫としての役割をしっかりと果たして参

る所存です。

現在、本店では2名のシルバー会員様に受付業務を担っていただいております。フェイス・トゥ・フェイスを掲げる信用金庫の、まさに第一線での勤務ですが、経験豊富なシニアスタッフにご活躍いただき日々感謝しております。

今後も、沼田市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員皆様のご健勝をお祈り申し上げ、新年のご挨拶といたします。



中村 浩二

沼田市議会議員

新年を迎えて

明けましておめでとうございます。沼田市シルバー人材センターにおかれましては、平素から市議会活動、市勢発展に深いご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

会員の皆さまにおかれましては、長年培われた技術や技能、経験を地域社会に活かされ、一般家庭から市の各種事業までの広範にわたり、大変ご活躍をいただいておりますことに、深甚なる敬意を表します。

さて、昨今の人口減少と、少子高齢化の到来による諸問題は、社会全体で取り組むべき大きな課題

でございますが、住民同士のふれあい、助け合いの心を育むことにより、解決できるものもあると思っております。そういった点においても、皆さま方のお力を必要とする声はますます高まっていると思えます。

この数年は、新型コロナウイルス感染症の影響により、ご活動がままならず、大変苦慮されてきたと推察いたしますが、ようやく昨年五月に、季節性インフルエンザ等と同様の分類である「5類」に引き下げられたことから、本来の活動が戻りつつあるのではないでしようか。市民生活も徐々に回復傾向にあると感じているところで

あります。皆さま方におかれましては、元気で楽しみながら、持てる知識や技能を存分に発揮いただければ幸いに存じます。

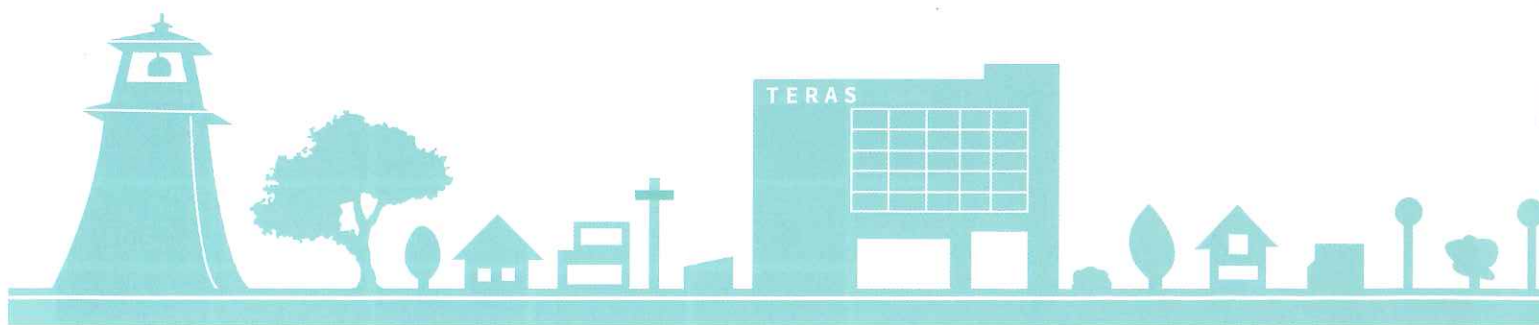
市議会といたしまして、市民福祉の向上と、皆さま方が生き活きと暮らせるまちづくりに一層努めてまいりたいと存じます。

結びに、会員の皆さまのご健康とご多幸、沼田市シルバー人材センターの益々のご発展を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

あります。皆さま方におかれましては、元気で楽しみながら、持てる知識や技能を存分に発揮いただければ幸いに存じます。

市議会といたしまして、市民福祉の向上と、皆さま方が生き活きと暮らせるまちづくりに一層努めてまいりたいと存じます。

結びに、会員の皆さまのご健康とご多幸、沼田市シルバー人材センターの益々のご発展を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。





令和5年度定時総会が令和5年6月21日(水)午後1時30分から沼田市シルバー人材センター研修室に於いて、開催されました。

今回の総会は新型コロナウイルスの感染防止の観点から会員の皆様の健康と安全を第一に考え、理事・監事様のみにより執り行われました。来賓として星野市長、中村議長をお迎えいたしました。

総会は野村事務局長の司会進行で行われ、はじめに井澤理事より挨拶を行った。次に総会議長には、下川田町の深津太一氏が選出された。議長から議事録署名人について上原町林田登さん・上原町須田栄子さんが任命された。

議長の議事進行が進められ、議案第一号令和四年度事業報告についてから議案第四号定款の一部改正についてと報告第一号令和五年度事業計画、報告第二号令和五年度収支予算について野村事務局長から提案理由の説明を行い、監査報告について桑原監事が行い、それぞれの議案について審議が行われ、原案どおり意義なく承認可決されました。可決された議案は次のとおり

- ◎令和四年度事業報告
- ◎令和四年度決算報告及び監査報告
- ◎理事(一名)の選任の件
- ◎定款の一部改正の件
- ◎令和五年度事業計画
- ◎令和五年度収支予算

事業運営状況



年度	会員数			就業実人員 人	就業率 %	受注件数 件	契約金額 千円	公民比 %
	男性	女性	合計 人					
平成30年	229	236	465	324	70	1,319	185,918	18.7/81.3
令和元年	220	216	436	325	75	1,308	190,502	20.5/79.5
令和2年	234	226	460	344	75	1,241	191,711	24.0/76.0
令和3年	241	219	460	366	79	1,285	188,092	25.5/75.5
令和4年	238	211	449	347	77	1,142	191,919	32.0/60.8



安全大会表彰

令和5年11月29日(水)群馬県社会福祉総合センターに於いて、令和5年度群馬県シルバー人材センター連合会第六回安全大会が開催されましたので出席いたしました。

今年は新型コロナウイルス感染症が5類感染症へと移行され、行動制限なしの平常対応の中、多くの県内シルバー人材センター会員・役職員が出席いたしました。

講演に移り演題として草刈り事故事例研究から考える安全対策と題しカルマー等を利用した安全第一を優先にと講演され、次に事例発表に移り安全はすべてに優先するとして、業務の取組みについて力説し、出席者も耳を傾けていました。

安全大会の開催にあたり、連合会会長の挨拶をはじめ来賓の方々の祝辞があり次に安全成績の良いシルバー人材センターを表彰する安全・適正就業優良センターの表彰式が行われ県内の4センターが選出され、沼田市シルバー人材センターは、4年連続にて賞状と記念品を授与させていただきました。



会員役職員、親睦旅行開催

令和5年度会員・役職員親睦旅行を令和5年11月20・21・22日の日程にて二班に分かれ、総勢73名で越後湯沢温泉 水が織りなす越後の宿 ホテル双葉にて実地いたしました。

コロナウイルスが5類感染症へと移行になり行動制限の無い平常対応になりましたが、参加者全員の安全を留意しつつ行い、無事に参加者全員に何事もなく終了することができました。

- ・参加会員の声・
- ・食事が食べきれないほどあり、とても美味しく良かった。
- ・源泉かけ流しの温泉で風呂も何カ所もあり、最高だった。
- ・毎回の旅行が楽しみです、来年も是非参加したい。
- ・次回も、是非友人を誘って一緒に参加したい。



手打ち蕎麦試食会開催

令和5年11月26日シルバー人材センター事務所駐車場にて蕎麦打ち・試食会を開催いたしました。

人材センター会員の山田勝さんが代表を務める奥利根麵友会に全面的なご協力をいただき開催することができました。

当日は多くの皆様に手打ち蕎麦を楽しんでいただきました。お忙しい中、星野稔市長にもご出席いただきました。

今年度は会員中心の蕎麦打ちを予定しております。毎年様々なイベントを開催いたしますので是非多くの参加をお待ちしております。詳しくは事務局までお問い合わせいただけましたら幸いです。



趣味を生かした健康

● 茂木ヒロ子

友達のお世話で、卓球のグループに入っていたら、はや11年が経ちました。始めは何も解らず、(ラージ)とは、若い頃に経験した卓球とは違ったように思いましたが、優しい先輩方の指導のおかげで、少しずつ相手の方に球を返せるようになり、楽しく練習の日が待ち遠しく、健康の維持と会員の皆さんとの交流と親睦のため今後も続けていきたいと思えます。健康を保つには歩くことが大事といわれます。寸暇を見つけ車の往來の少ない道路と時には総合運動場でウォーキングをします。赤城大沼・榛名湖の周囲のハイキングも楽しいです。季節毎の景色を眺めて感動しつつ澄んだ空気を胸いっぱい歩いていきます。

食の健康と耳にしますが、我が家のスローフードの代表作はうどんと焼餅です。うどんは機械で伸して切るので、朝うどん粉をこねて踏んで寝かせて、夕方になって機械で作ります。近頃はさまざまなファーストフードがありますが、自分で作った満足感と喜びをかみしめることができます。焼餅は家庭菜園でのニラ入りやフキノトウ、ネギやナスとピーマンを入れた焼餅も作り、孫もおいしいと褒めてくれます。子ども達の漬物や煮物と魚も好まない傾向にあると耳にしますが、うちの孫は笑顔で食べてくれます。

卓球、ウォーキング、手料理を楽しむに、心身共にリフレッシュして、我が孫の成長を見守っていききたいと思えます。

私の生きがい高齢者の仕事

● 深津太一

私は数年前に知人からシルバー入会の勧めがあり入会させていただきました。最初に説明を受けた時、まず多種多様な仕事があるのに驚きました。

しかもおおよそ60歳以上であれば年齢に上限がないというのも初めて知りました。地域社会に役立つ場所であることが魅力的だったので入会いたしました。私の仕事は上之町にある「旧日本基督教団沼田教会記念会堂」で管理の作業です。私は当然のことですが利用者の皆様が快適にレッスン出来ますように心を込めたあいさつ、空調設備の適温を心がけております。

会場を利用される皆様は、ギターやマンドリンの練習、ピアノやオカリナ練習、コーラスの練習、作品の展示会、発表会等に取り組まれ、それぞれのグループの皆様が真剣に音を出して上達に向けて取り組んでいる姿が見事です。

私は音楽を聴くのが好きなので演奏音を楽しく聞いております。また、各先生の指導方法の手法、会話の方法等もたくさん学べます。豊富の体験話が会得出来ます。私も習い事をしてるので大変役立つ勉強になって嬉しいです。

高齢者の皆様の生き甲斐等を増幅させてくれます。それがシルバー人材センターだと思えます。

シルバーの仕事をしてみて、日頃の暮しの中で楽しく生活出来るのは多くの皆様と接し、行動することが大切であると思うようになりました。高齢化社会を迎えておりますが、後期高齢者の皆様も元気で各方面で活躍しております。高齢者の皆さんに力を貸してもらいたいのがシルバー人材センターと思われたいです。人手不足、人材不足を高齢者の皆様がお手伝いを行い業務遂行の一翼を担っていると思えます。シルバーのおかげで楽しく仕事が出来てありがたいです。

私の元気のもと

● 山田和子

なんでも良いから書いて下さいと言われ、さて何を書こうか、自分が何を一番気にしているか、考えてみたらやっぱり健康かな、元気でいれば家族も安心してくれると思うし、歩くことが良いとテレビでも雑誌でも進めてくるし、2、3年前から万歩計を使用しています。

1日10品目のチェックシートもあって、食事も気を付けています。1日8千歩から1万歩を目安に毎日頑張っています。歩数が足りないと仕事が進んでから歩くようにしています。

天気の良い日はグラウンドゴルフに行くこともありますが、始めて2年目で下手ですが楽しくてはまっています。今年は少し頑張ろうと思います。ソフトエアロビの仲間に入れてもらい、月4回7時から8時半迄頑張っています。

冬は寒いので休みますが仲間、友達、家族に恵まれ元気に毎日を過ごしています。

充実した日々

● 中島英子

明けましておめでとうございます。

私はアツプル薬局を退職して縁があり今のシルバー人材センターにお世話様になっております。

センター内にはデイサービスもあります沼田住民の人は若い方からお年寄りの方まで利用ができてとても人気があります。皆様にお声を掛けられている日々です。

趣味は花を育てたり畑で野菜を作ったりするのが好きです。まわりの山々や草花を見ていると心が癒されます。年を重ねると若い方と同じようには出来ない事もありますが廻りの人達に支えられて健康で勤務を続けられていた事が幸せです。



ゆず届き遠き友との長電話

● 鈴木ふみゑ

福寿草一輪咲いてほっこりと

● 関きん子

おもかげがうしろ姿に祭笛

● 津久井富子

サイレンの遠く近くと雪の朝

● 桜井博

どの坂もひかりのどけし城下町

● 貝瀬久代

火渡りの護摩火は高し照紅葉

● 鈴木ふみゑ

人の気を感じてをりぬ案山子かな

● 関きん子

野分立ち伊賀野のコキア人の波

● 津久井富子

震災の禍根残せし百年目

● 桜井博

足元の残暑を蹴って追ふ球児

● 貝瀬久代

シルバー人材センターでは 一緒に働く仲間を募集しています！

生きがいと地域のニーズを結びます



60 歳
以上の方

生涯現役

あなたも一緒に
働いてみませんか？

あなたの **技術**
あなたの **経験**
生かしませんか？



うれしい会員特典

- 指定宿泊施設の割引特典
- 仲間づくりのためのサークル活動や旅行
- 技能、技術を高める各種講習会
- 地域社会に貢献するボランティア活動

今後計画しているサークル活動

- ・卓球
- ・囲碁
- ・俳句
- ・手芸
- ・川柳
- ・スマホ
- ・将棋
- ・体操
- ・軽運動
- ・縫物
- ・筋トレ教室
- ・麻雀
- ・ヨガ
- ・福老体操
- ・油絵
- ・ゲートボール
- ・太極拳
- ・短歌
- ・作詞

まずは、説明会に参加してみませんか？
お気軽に沼田市シルバー人材センターにお電話ください

公益社団法人
沼田市シルバー人材センター
〒378-0043 群馬県沼田市東倉内町2-8-8

☎ 0278-24-2942

詳しくは
webで検索 

沼田市シルバー

検索

<https://webc.sjc.ne.jp/numata>