

# 76号

# akashi

働くことは健康の「証」である

76号

発行  
公益社団法人  
小田原市シルバー人材センター

〒256-0816  
小田原市酒匂2丁目32番15号  
電話:0465-49-2333  
FAX:0465-49-2336

(ゆず庵にて)



写真は令和6年2月に開催されたランチ会の一コマです。  
センター会員相互の交流の一環として開催されています。  
コロナ禍で長く開催を見合わせていましたが、令和5年4月から再開しました。  
回を重ねるごとに参加者が増え、センターの恒例行事の一つになっています。



楽しい会話と、美味しい食事が、皆さんを素敵な笑顔にしてくれます。「事務局だより」  
または、「Smile to Smile」でお知らせしていますので、皆様のご参加をお待ちしています。

(寺内征一 記)

## 理事長 挨拶



小川 恭弘 理事長

会員の皆様におかれましては、お元気でお過ごしのことと存じます。引き続き、ご自身の、体調管理には十分に気をつけてください。

さて、石川県能登半島沖で今年1月1日に発生した地震は、甚大な被害をもたらしました。会員の中には、親戚や知人の方々が被災されたことを心配しておられる方もいらっしゃると思います。また、千葉県東方沖などでも地震が頻発しており、関東大震災から100年が経過した今、教訓を振り返り、身の回りの点検を行うことが重要です。

当センターでは、コロナ感染症による行動規制が続いた4年間で、会員数が一時的に減少しましたが、各委員会の皆様のご努力により、令和6年4月現在で1026名まで回復しています。就業面では、人流が活発になり経済が活性化している中で、請負・委任・派遣の各分野で受注高を戻しており、第4次中期計画に沿って順調に推移しています。

計画の2年目となる今年度、入会会員が早期に就業できるよう、また、相互の交流機会を計り、会員の生きがい作りに貢献できる組織となることを目指しています。

最後に、会員の皆様には健康管理と安全な就業を心掛けるようお願い申し上げます。

## 令和5年度委員会報告

### 総務企画委員会



寺内委員長以下6名のセンター会員で構成され、年4回開催されています。委員会では会報「Akashi」発行等の広報活動、レディース・ランチ会開催等による会員相互の交流、そして、草刈りなどのボランティア活動を通じた地域貢献活動などについて、委員会で活発に議論を進めています。

それぞれの委員は得意分野で力を発揮し、会員が仕事だけでなく、これらの活動を通して、センターでの時間をより一層楽しめるよう心掛けて活動しています。

### 就業開拓委員会



堀村委員長以下5名の委員で活動しています。入会説明会においては、シルバー会員として就業体験や感想などをお伝えしています。少しでも参考にして頂ければ幸いです。また、就業別懇談会を実施しています。作業シフトの関係上、同じ職場でありながら顔を合わせる機会がない中、色々な意見交換ができることは有意義であり、今後も続けて参ります。

### 安全管理委員会



安全管理委員会は猪原委員長以下5名で活動しています。安全対策、健康づくりの情報・講座の提供を行うほか、安全に就業できるように安全巡回を行っています。毎月「安全管理委員会だより」を発行しています。

皆様が健康で就業できるよう努めております。

## 救命 (AED) 講習会

令和6年1月25日、ふれあいセンターいそしぎにおいて、救命講習会が開催されました。能登半島地震救済支援中でお忙しいなか、小田原消防署から4名の講師をお招きし、会員15名が受講しました。

最初に、心肺蘇生法とAED（自動体外式除細動器）の使用方法を動画で確認し、途中で質問を交えながら視聴しました。

その後、実技の部分では3つのグループに分かれ、AEDの操作（音声案内に従い）と胸骨圧迫（深さ5cm）を体験し、3時間の講習を終了しました。

救急車が到着するまでの「9分間」、誰にとっても不安な瞬間ですが、周りの人と協力しあい、勇気をもって誰かの命を救うお手伝いができれば幸いです。（佐々木さだ子 記）



## 地域ボランティア活動

2月1日、「いそしぎ」に総勢60人を超える会員が集結しました。駐車場には、刈払機や工具・治具を満載した軽トラックが何台も並んでいます。

数名の会員に「ボランティア活動に参加するのは何回目？」の問いかけに『入会して4年、8回目の参加です』もう1人は『毎回参加しており、回数は分らないが、刈払機の作業は30年以上になります』と答えてくれました。最後に、聞いた会員は『入会して8ヶ月、初めて参加しました。仕事は市役所の駐車場管理業務をしています』との答え、様々な人が参加していることに感心しました。私も時間の許す限り参加したいと思います。

追記：小学生の頃、ラジオ体操に参加して出席カードに判子をもらい、ノートや鉛筆をもらった事を思い出しました。

10回参加したら何か記念品が貰える制度があれば嬉しいですね。

（望月利幸 記）



## 交通安全講習会

2月20日、交通安全教室に参加しました。講師は小田原警察署交通第一課の方。

内容はビデオ映像を用いた座学で、参加者は25名でした。ビデオの説明では、小田原署管内の注意すべき交差点3箇所が紹介され、特に点滅式交差点は車も歩行者も要注意です。

また、夜間の道路で車がロービームからハイビームへの切り替えで、歩行者の認知に格段の差があるのが映像で分かりました。配布プリントには「高齢ドライバーに必ずやって欲しい行動」が記載され、出会い頭の事故や右左折時の事故を念頭に、安全運転を心掛けて欲しいとのことでした。

普段から時間と気持ちに余裕を持って出かけることが大切だと感じました。

（山田文子 記）



# 人生、生き生き♪

## 妹尾トシ子会員 インタビュー



チャーミングな笑顔と思慮深く思いやりに満ちた丁寧な口調、そして生き生きと語るその姿から時折垣間見る真剣な眼差し、それが彼女の第一印象でした。お話を伺う中で、喜びと人生の充実を求め、感謝に満ちた日々を送っている彼女の笑顔は、その人生の奥深さと豊かさを物語っています。

妹尾トシ子さん。曾我病院に19年にわたり勤続され、そこで就業する会員仲間6名のまとめ役として活躍されています。2人1組で行う毎日の清掃業務や、6病棟から出るリネン類の搬入及び整理整頓作業等を行い、多忙の中にも日々働けることへの「感謝の気持ち」を忘れずに、職場仲間と楽しく充実した日々を過ごしているとの事です。

取りまとめ役として、毎月のシフト決めに苦勞されることもあるとの事ですが、「皆が信頼し合い、協力してくれるおかげで何とかやっています」と感謝の気持ちをにじませて熱く語る瞳が印象的でした。

長年にわたるご自身の経験から、常に職場の「チームワークの大切さ」と「相手に対する思いやり」を心掛けており、また職場環境や就業会員のスキル向上と維持のために、先を見据えて後継のまとめ役の育成にも力を注いでくれています。「聞く耳を持つ人は進歩しますね」と実感を含めて語っておられました。

シルバー人材センター企画のボランティア活動（草むしり等）にも意欲的に毎回参加されており、趣味として週2回程のパークゴルフをして、心身共にリフレッシュしていると満面の笑顔で語る姿も印象的でした。



お花を愛する彼女たちの職場には、常日頃から自主的に世話をしている花壇もあり、その草花が曾我病院を訪れる人々に、今日も幸福な笑顔を届けて心を和ませてくれています。

(高橋賢一 記)

高橋会員から妹尾会員へ  
インタビュー

# インタビュー

## 加藤文男会員 インタビュー

剪定作業中にお邪魔した私に、優しい笑顔で迎えてくれた加藤さん。彼の手には剪定バサミが握られ、その動きを私は目で追っていました。

作業が一段落し、インタビューに答えていただくことになりました。加藤さんは会社を定年後、剪定の仕事を学び、今では20年の経験を持つシルバーの会員です。彼の口調からは、技術への自信と丁寧な仕事への姿勢が垣間見えます。

加藤さんが大切にしている言葉の一つは、恩師の言葉『人間会い、会わずして、会う』です。

少し説明を伺いましたが、私なりに解釈すると、「人と人は心の中で出会い、心の中で信頼や友情を築くことができる」ということです。「**シルバーで出会った人々はみんな奇跡に近い存在なのだ**」と加藤さんは語ります。一緒に作業する仲間を思い、誠実に接して行くことの大切さを長い人生経験から学んだのでしょう。

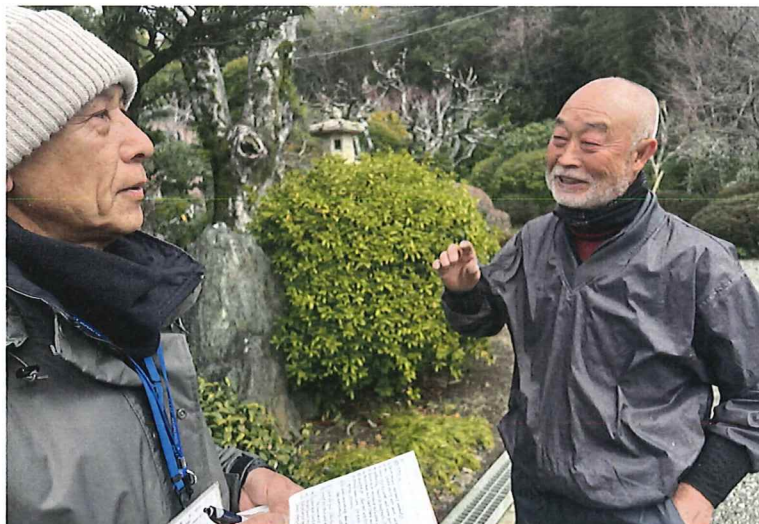
もう一つ、宮本武蔵の名言『我以外我の師なり』についても語ってくれました。全ての存在は気づきを与えてくれる先生（師）であるという意味です。「**驕りを持った瞬間、成長は停滞します**」「**どんな人も、どんな事も、必ず何かしらの学びを与えてくれる**」と加藤さんは言います。

尚も成長を止めない人格者の姿は、どこに自己実現の目標を置いているのか、果てしない人生の真理を探求しているのか、とても興味深いものでした。

最後に、長く仕事ができる秘訣をお伺いすると「**健康に生きることは、仕事で体を動かし、様々な物に興味を持ち続ける事だ**」と加藤さんは語りました。作業に戻る後ろ姿は颯爽として、清々しさを感じました。

インタビューを終え帰路に就く私は、加藤さんの言葉と前向きな姿勢に勇気もらいました。

(望月利幸 記)



望月会員から加藤会員へ  
インタビュー

第2弾 大好評コース!!  
アンコール! アルコール?  
にお応えして!

8月31日(木)



# シルバー人

# KIRIN



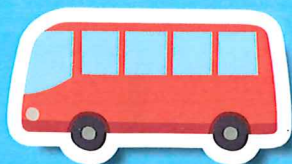
8月31日(木)にシルバー人材センター主催のバス旅行に参加しました。特に、シニア世代にやさしいゆったりのんびりした行程がうれしかったです。当日は天候に恵まれ、車窓から富士山をくっきりと望むことができ、幸先の良さに心が躍りました。車中では皆さんがやさしい笑顔で声を掛けてくださり、初参加の不安が吹き飛びました。



今回のバス旅行で印象に残ったのは、一度は訪れたいと思っていた羽田エアポートガーデンと、麒麟ビール横浜工場です。羽田エアポートガーデンではグランドオープンで話題の、おいしい昼食を楽しんだ後、自由時間で展望デッキから離着陸する旅客機を眺めて、その壮観な様子に時間を忘れてしまいました。そして、最後の麒麟ビール横浜工場見学では、ビール製造の奥深さを初めて知ることができました。帰りの車窓から見えた夕日に照らされた富士山も美しく、心に残る光景でした。楽しい一日を過ごす機会を得られたことに感謝いたします。次回のバス旅行も楽しみにしています。

(柏原幸子会員 記)

# スツアー



ワクワクの宇宙旅行に  
カンパニー!  
(また?)



11月22日(水)

初めて参加しました。  
私にとって久しぶりのバスの旅。お天  
気にも恵まれワクワクの1日が始まりま  
した。

国立天文台は夜空を見上げるのが大好  
きな私にとってあこがれ!!

武蔵野の森を残す木立の中のドームシ  
アターは体験4Dでする宇宙旅行。

「わあすごい」の連続でした。“土星の  
輪は氷の粒で出来ている”

豆知識もできました。

深大寺そばもビール工場も◎。  
そして、気持ちの良いバスの旅を  
「しあわせなら、♡の手をたたこ」  
と盛り上げて下さった安部さんや  
同乗の皆さんに、心よりお礼申し  
上げます。

また、連れてってください。

(石田玲子会員 記)



## 英会話教室

会員向け英会話教室を行っています。

受講料無料、

テキスト代は自己負担です。

毎週月曜日・火曜日・水曜日

6クラスで開催中!

問い合わせは事務局 安部まで!!

## 自主トレサークル

会員が主体的に集まり、

筋トレ・体操ストレッチ教室を

開催しています。

専門講師を依頼し、指導を受けています。

週1回 10:00~11:30

(主に金曜日、水曜日もあり)

会費：1,000円

体験予約は事務局 安部まで!!

## 小田原シルバー川柳

ぼけ対策

始めた訳を

先ず忘れ

加藤

文男

ロゲンカ

孫に諭され

絶句する

佐久間

直司

入れ歯落ち

マスクの中で

調節し

生田目

茂子

なつかしい

友との再会

名前出ず

浜野

三郎



シルバー川柳を事務局だよりで募集したところ20句の応募がありました。一部ですが紹介します。今後も連載できればと考えておりますので、お楽しみに！応募して頂いた方々ありがとうございました。

## 編集後記

年に4回ほど事業計画などを話し合う会議があります。

穏やかな委員長の挨拶から始まり議題に沿って話し合います。広い視点の意見、経験を生かした実践的な意見、細部も見落とさない意見、感心しながら聞いています。そこへ好き・嫌いが思考基準の私の幼稚な意見が混ざります。それらが総括され、まとまっていきます。

「Akashi」の編集も大事な議題です。記事の担当を決め、取材・寄稿のお願い・編集・校正印刷依頼をして皆様のお手元に届きます。会議はとても賑やかです。

これからは、情報はデジタルを活用していち早くお知らせし、より詳しい内容を「Akashi」が担います。掲載された方には「お宝」に、そうでない方には備忘録として楽しんでもらえるような紙面づくりを目指していきます。

毎度私事ですが…総務企画委員会に携わってほぼ2年、委員と名の付くものは小学校3年時の図書委員以来だし、夏休みの宿題の読書感想文をイヤイヤ書いていた子供が、今はちょっと楽しみながら記事を書いています。

私 年女 まだ発展途上か。

(鍛 佳子 記)

