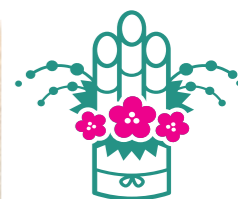




上のQRコードを読み取ると、(公益社団法人)佐倉市シルバー人材センターのホームページが開きます。

ハローシニア佐倉

(公社)佐倉市シルバー人材センター



あけましておめでとございませう
今年も、シルバー人材センターの玄関に立派な門松が飾られました。
この門松は、今年度に植木職の研修を受けた28期6名の皆さんによる卒業制作です。



門松づくりの様子はスマホでご覧下さい



【動画】

新谷重満さんにお聞きしました。
現在、植木職は123人(うち女性4人)で、個人宅の他市の公園緑地や工業団地、マンションなどの植木の手入れを行い、センターの収益の柱になっています。
庭木の剪定には、樹木により最適な季節があり、剪定の仕方にも異なるなど、専門的な技術が必要になりますので、**植木職になろうという会員は、まず2月から9月まで40日間の研修を受けなくてはなりません。**最初は講義で基礎知識を学び、その後、小中学校の植木などを教材に実習での研修を行います。植木職という、すぐ松をやりたいと思うものですが、松は特に技術が要求され、すぐには触れられません。春に緑(新芽)摘み、秋冬にもみあげ(葉をむしる、要らない枝を切る)という作業があり、10月から12月にかけて、松の秋冬の手入れを主体とした4日間の研修が追加されています。これだけきちんとした研修をしているシルバーは少なく、**佐倉は誇れるカリキュラムで養成している」と自負しています。**
なお、安全のためシルバーでは低木を主体とし、4m以上の高い木は扱いません。また、剪定のほかに消毒作業、垣根の作り変え、芝張りなどもやっています。
植木職には、技術習得、経験年数によるランクがあり、一番上のAランクになるには、研修+見習い+Cランク+Bランク+Aランクと最低5年かかることとなります。こうした取り組みの結果、毎年仕事を指名してくれるお客様が多く、仕事ぶりに満足をお願いしているものと思っています。
一定年が伸びシルバーに加入する年齢が上がっているため、最近では植木職への応募が少なくなっているようですが、植木職は、季節ごとに庭木に向かい、**習得した剪定技術を発揮して庭園をきれいにし、満足感を得られる職種です。**ぜひ応募されてはいかがでしょうか。お待ちしております。

取材担当/広報委員長 長田 成兒

健康体操の会

「健康体操の会」は、2017年3月、シルバー会員のご主人でプロの鍼灸・ケアマッサージ師の方にご指導いただき、発足しましたが、2018年11月、先生のご事情で一旦休部となりました。人生百年時代！何歳になっても、シャシヤンと自分の足で何処へでも歩いて行けるように、常日頃から身体を動かす習慣を身につけたいという要望が数多く寄せられ、2019年1月、全く新しい雰囲気です。第一土曜日と第三日曜日の午後二時から午後四時までみんなで「健康体操」を楽しんでいます。

全員で、「健康マーチ」を合唱し、ラジオ体操で身体をほぐし、リハビリ体操やスクワット、ボールやマットを使った運動などで、体幹・足腰の筋力を鍛え体力作り。また、フォークダンスやサザエさん音頭などのおどりで楽しく身体を動かします。

体操が終わると、ひと息いれて、お茶や会話を楽しんでいます。

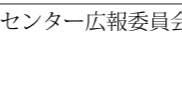
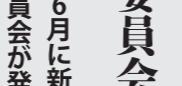
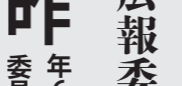
皆さんも、ご自身の快適な老後のためにお気軽にご参加ください。

新会員、大歓迎です。ご希望の方は、事務局または幹事の熊田てるよさんまでご連絡ください。

代表の横森典子さんより伺いました。

取材担当
広報副委員長 岩瀨 功

健康体操の会の様子はスマホでご覧下さい



広報委員会から、新年のご挨拶

昨年6月に新広報委員会が発足してか

ら半年余り、田中常務、弘松副会長から指導と助言を、柿丸総務主任からサポートをしていただきながら、委員のチームワークで何とか毎月発行して行くことができました。



何

よりも、取材や執筆の依頼を快く引き受けてくださった会員のみなさまのお陰と感謝しています。引き続き、親しみやすい読みやすい紙面づくりを目指すとともに、QRコードで視聴できる動画も作成してまいります。

今年もよろしくお祈りします。

広報委員長 長田 成兒

馬場 清さん

西市出身の馬場清です。今年古希を迎えます。今は植木職の見習い期間中ですが、先輩の指導をしっかりと受けとめ一人前の植木職人になります。健康管理をしっかり行い、あと10年間、お客様に喜んでいただける植木を育てます。

土屋 恵三さん

木職志津班です。会社勤めを終え、健康維持と夫婦円満のために家にこもらないよう考えていた所、シルバー会員の方が植木剪定をしているのを拝見し自分もやってみようと思った次第です。ようやく長い研修を終えて植木職の会員になる事が出来ました。経験を重ねお客様に喜んでいただける植木職を目指します。

小山田 寛さん

年のランクアップを目指して奮闘中で、28期生では若造の、根郷・弥富地区6班所属、小山田と申します。今年、売り手よし、買い手よし、世間よしの、近江商人「三方よし」の精神で、地域社会に貢献したいと思っています。

市原 政美さん

花の28(ニッパチ)組、植木職28期生で昭和28年生まれの市原政美です。2月の受講から11カ月が経ちました。時が過ぎるほどに難しさを感じています。だからこそ、もっともっと実践経験を踏みたいと思います。

飯生 敏雄さん

植木職28期の飯生(65歳)です。植木剪定は未経験で入り、研修中に多くの事を学ばせて頂きました。今後は植木職人として、諸先輩のご指導を頂き、お客様から信頼される様に一歩一歩前進していく決意であります。

上田 靖彦さん

玉原で生まれ育ち、就職で千葉県に移り住み、佐倉に住むを構えて人生の丁度半分の歳月が経ちました。今回、植木職特別養成講習を修了し、今後はプロの植木職として巧さと迅速さをモットーに腕を磨き精進致します。

岩瀨 功

昨年は、人生初めての広報活動・取材でしたが、皆様のご支援・ご協力ありがとうございました。今年も読みやすく、明るい紙面作りを心掛けて参ります。

高西 正敏

昨年の一文字漢字は、「令」の通り、たくさんの方から助けて頂いた一年でした。今年、「和」の年になるよう祈りながら、おだやかに過ごそうと思っております。これからも宜しくお願い致します。

田端 直樹

「読みやすい記事を書く」多くの会員の皆さまに、「見て」「読んで」頂けることを願って紙面の制作に参加させていただきます。ことしもよろしくお祈りいたします。

杉浦 重次

分り易い動画を作成すること

野崎 保行

広報委員として動画を担当することになって、半年ほど立ちました。今は、何とかやっているといるのではという気持ちと、反対にその難しさもわかるようになり、また不安になるというこの繰り返しです。今では、「それだ、いいのだ」と自分に言い聞かせています。

柿丸 洋

「新しい情報を、新しい試みと構成でお届け」

「本日、12月は納め金比羅です」というアナウンスで始まった12月10日(火)のふれあいステーションに、歌の会同好会々員が初舞台へ進出しました。

ふれあいマーケットの様子はスマホでご覧下さい



【動画】

甚大寺金比羅十日縁日

甚大寺は、堀田家(佐倉藩主歴代)の菩提寺として知られ、金毘羅尊、不動明王、毘沙門天、仁王尊、健康を願うお身ぬぐい観音が奉られている市内唯一の天台宗寺院です。寛政年間(1789年~1801年)に佐倉藩主堀田正順により勧請された金比羅大権現は、毎月10日の招福祈願の縁日には多数の人で賑わいます。

佐倉歌謡協会による歌謡ショーは、行迫尚明会長の司会で10時50分から開始、全12曲7人の歌手による、デュエットあり、ソロありの豪華なステージに会場の椅子席は満員、立ち見客多数、フィナーレは二人づつマイクを持ち「北国の春」を合唱しました。

歌唱力を身につけ、健康維持と会員相互の親睦を推進することを目的に昨年6月に発足した「歌の会同好会」から、会長の戸ヶ崎さん、岡本さん、川村さんの3名が行迫尚明会長の推薦を受け初舞台、日頃の練習の成果を発表し大声援を受けました。行迫会長から発声練習と練習曲のレッスンを受けているそうです。歌の会では、会員募集中だそうです。ご希望の方は、☎043-484-2371までご連絡ください。



当日の朝は少し寒かったのですが、次第に好天となり、青空市やフリーマーケットも賑わっていました。今回は、「健康体操の会」の皆さんが初めて出店し、衣類や陶器、バッグ、生地(布)、手芸品などを安価で販売したところ、好天にも恵まれ売れ行きは大変好調だったそうです。

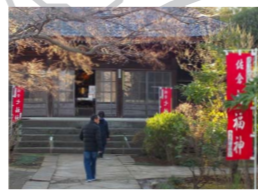
会場の佐倉市駐車場は、今年の秋祭り終了後に新佐倉図書館の建設工事が始まり、完成までの期間はこの会場での縁日はお休みになる予定だそうです。市役所の説明ブースが設けられ、新図書館についての質問に担当者丁寧に説明していました。

取材担当/広報副委員長 岩淵 功

市の観光協会が発行している佐倉七福神MAPを元に、MAPの北側から回って来ました。市街地を歩いていると、七福神の台紙の入った筒を持った中高年の御夫婦何組かとお会いしました。まず、新町の通りから、佐倉小学校のある通りに入ると嶺南寺、甚大寺、宗圓寺が在ります。嶺南寺は弁財天、甚大寺は毘沙門天、宗圓寺は寿老人を祀っています。



また、嶺南寺の境内には作家・吉川英治の母方である山川家の墓があります。甚大寺は佐倉藩歴代藩主堀田家の菩提寺として有名です。宗圓寺には順天堂の創立者・佐藤泰然の墓があります。



宗圓寺の次は裁判所通りの毘沙門天の松林寺に行きました。松林寺は初代佐倉城主・土井利勝が創建したと言われていいます。そこから蘭学通りに出て、クランク前の急坂を下って行くと大黒天の妙隆寺に着きました。妙隆寺の境内には、日本で初めて種痘をしたとされる医師、錦木仙安の墓があります。妙隆寺の次は福祿寿と恵比寿天の麻賀多神社です。



佐倉市及び印旛郡内に18社あると言われていた麻賀多神社の総鎮守であり、歴代佐倉藩主や家臣に崇敬されてきた神社です。この神社は市民体育館のある通りにあり、佐倉七福神の寺社の中で最も人出の多かったところ。麻賀多神社から江戸時代の風情の残った武家屋敷通りを歩いて行くと、大黒天と布袋尊の大聖院があります。大聖院は鎌倉時代初期に創建され、佐倉藩藩校正徳書院初代総裁であった儒学者・吉見南山の墓があります。

七福神巡りの御朱印は1月1日~1月10日、及び毎月10日に各寺社で御朱印を押印してもらえます。皆さんも、七福神巡りで御朱印集めをしてはいかがでしょうか。なお、七福神巡りに関する詳細は佐倉市観光協会(Tel 043-486-6000)にお問い合わせ下さい。

取材担当/広報委員 田端 直樹

介護職員 初任者研修 報告

10月から11月にかけて、千葉県シルバー人材センター連合会主催による「介護職員初任者研修」が当センターで開講されました。当センターからは3名が参加し、22日間に渡る内容の濃い講義と実習を受講しました。ここでは高齢者介護の現状と受講した感想をお知らせいたします。

少子高齢化が深化

日本人の平均寿命は年々伸び続け、男性は81歳、女性は87歳(厚労省平成29年度)と長寿社会となり、男性は香港・スイスに次いで世界第3位、女性は香港に次ぐ第2位の長寿国となっています。しかし、一方で出生率は低水準が続いており、少子高齢化が進んでいます。

日本は世界最速で高齢化が進んでいる

総人口中65歳以上の高齢者が占める割合(高齢化率)は、1970年では7%でしたが、2017年には28%となり、更に45年後には38%に達し約3人に1人が65歳以上になると予想されています。

老老介護の問題と解決策

高齢化が進むにつれ、日常生活で介護を必要とする人が増えてきます。従来介護は家族が担ってききましたが、核家族化の文字通り、家族の小規模化により介護力の低下がますます深刻になってきました。また、高齢者が高齢者を介護する老老介護の現状が問題となり、解決策として、介護負担を家族に押し付けず社会全体で担っていく介護保険が制度化されました。



介護職の現状

この介護保険制度により、訪問介護サービスや施設介護サービスを利用できますが、医師や看護師以外に、最も必要とされているのが介護職員です。しかし現状は人材不足でありこのままでは、2020年には約26万人、2025年には35万人の介護職員が不足すると見込まれています。この為、国策として海外からの人材受け入れを行い、現在5,600人を超える人材に依存しており、ますます介護職員が求められている現状です。



記録のペーパーレス化

訪問介護の際、訪問計画・介護記録及び報告書類を作成していましたが、これをシステム化し、ヘルパーさんが業務都度スマートフォンに入力し送信することで、仕事量が月間30時間以上軽減される画期的なシステムを採用しています。

最大のメリットは

- ▽事業所が作成したサービス計画をヘルパーさんがどこでも確認できる
- ▽ボタン一つで実施記録と事業所への報告が完了する
- ▽事業所は、リアルタイムで費用の算出が可能

次に、講習の内容と感想をお伝えします。

講習内容

- ▽座学講習 50時間—仕事内容・現場理解・保険制度・高齢者と健康・家族との関わり
- ▽実務講習 80時間—介護理論・人体基礎知識・福祉用具理解・総合生活支援技術実習

講習を終えて

まず介護する難しさに直面しました。自分は理解していても介護される方の気持ちまでは理解できません。この事は、実際に介護される立場を経験すると良くわかります。介護は看護とは異なり、介護される方の生活の質(QOL)を高める援助をする役割を担っています。介護を仕事として行うか、あるいは家族のために行うかは事情により異なると思いますが、いずれにせよ、介護する側もされる側も相手を思いやる気持ちが大切であると痛感しました。

世は100歳時代と言われています。私たちシニアは、まだ第2の人生に足を踏み入れたばかりです。自身のためにも家族のためにも健康が一番です。そして、体の不自由な方が困っているのを見かけたら「お手伝いしましょうか?」と一声かけましょう。

記事担当/広報委員 葛西 正敏

今後の展望

現在25名のヘルパーさんが活躍しており、70%の方がこのシステム(カナエルタッチ)を活用しています。今後はより簡単なアクセス方法を構築し、全員が利用できる体制にするよう推進していきます。

自らの介護を予防するには、日常での運動と介護される方の気持ちを理解することが大切です。訪問介護事業所では、ヘルパー登録を随時受け付けています。先端技術を駆使する介護事業に是非ご参加下さい。

訪問介護事業所 櫻田さんより伺いました。取材担当/広報委員 葛西 正敏