

シルバー さんむ

第32号
令和5年9月

HPのURL



公益社団法人
山武市シルバー人材センター
〒289-1523山武市松尾町五反田3012
☎0479-86-6616 Fax0479-80-8280
HP <http://webc.sjc.ne.jp/sambu/>
E-mail sammu@sjc.ne.jp



～就業の様子～ 小林牧場様

小林牧場は、東日本大震災後、福島県飯舘村から牛さんと一緒に山武市へ避難して来ました。シルバーの仕事は2種類の餌やりです。8月から就業しています。



☆ 目次 ☆

- 2 頁 定時総会
講話「ジンノウチさんに聞いてみよう」
- 3 頁 表彰、賛助会員紹介
- 4 頁 会員紹介、市長議長への要望書提出
- 5 頁 しるばあママだより
- 6 頁 独自事業活動、ボランティア活動
- 7 頁 いきいきわくわく教室
文芸（写真俳句）、入会者紹介
- 8 頁 安全標語の表彰、スマホ教室
編集後記

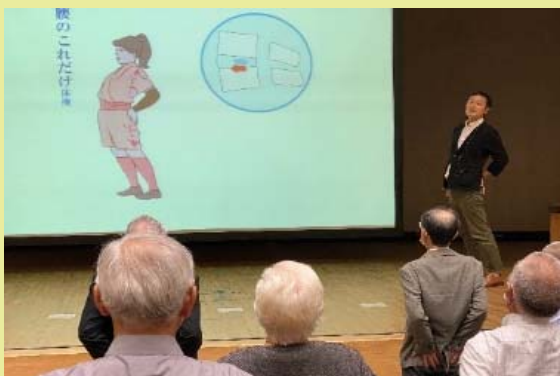
令和5年度定時総会開催



6月17日（土）午後1時から、さんぶの森文化ホールにて、定時総会を開催しました。藤田進久会長の挨拶を機に始まり、ご来賓としてお招きした自民党シルバー人材センター活性化議連森英介代議士はご公務にて欠席のため、秘書西谷昭彦様にご祝辞を頂戴しました。また、山武市長松下浩明様はご公務にて欠席のため、保健福祉部長竹宮哲哉様よりご祝辞を頂戴しました。続いて、市議会議長北田守様にご祝辞を頂戴いたしました。引き続き社会福祉協議会会長並木三喜男様をご紹介し、当センター賛助会員の県議会議員小野崎正喜様及び県議会議員實川隆様からの祝電を披露いたしました。

総会の議長には、石橋等会員が選任され、定足数（会員数475名、出席会員366名、うち議決行使書・委任状提出者271名）を確認、定数である過半数の出席が確認され、総会の成立を宣言し、議事録署名人に安田清・長島良雄会員を選出し、報告事項及び決議事項が審議され原案可決されました。

定時総会前には、当センター安心安全就労アドバイザーにご就任いただいている日本医科大学衛生学公衆衛生学准教授の陣内裕成先生による「ジノウチさんに聞いてみよう！“健康になる就労とは”」と題し、講話が行われました。市の転倒骨折予防プロジェクトに連動した事業であることの紹介と、就業によっておこる身体の痛み等



身体の痛み等につきお話をいただき、作業中についつい繰り返す猫背前かがみ姿勢が原因の腰痛の対処法の一つとして“これだけ体操”を会場の全員で実践し、各々が就業中の転倒や身体の痛みなどに気づき自分で対処できる方法を身につけるきっかけをお話いただきました。安心安全就労サーベイや対処法レッスン会を通し、明るく元気な100歳へつなげる“健康になる就労”を実践できるよう引き続きご支援をいただきます。

表彰

表彰規程に基づき表彰状の授与をおこないました。おめでとうございます。

～10年在籍会員表彰～

○成東地区

齋藤伊久子	三岡 憲二	河井 英一
浅野 吉規	小林 一夫	行木みつ子

○山武地区

古内 栄子	鈴木 理	福田 克司
-------	------	-------

○松尾地区

竹内喜代美

○蓮沼地区

石橋 幸代	浜中 清治
-------	-------



～永年在籍会員表彰～ 今年で20年目以上を迎える会員

○成東地区

青沼 揚子	金森 とり	安田 清	矢口 鶴夫	今関長三郎	小川 忠
高木 壽	加藤 涓二	竹中 康憲			

○山武地区

長島 良雄	相馬 昭子	水谷 睦子	平増 勝久	酒巻 富	木川 哲男
小河原トシ子	秋吉 勝則	後藤 玲子	伊藤美佐子		

○松尾地区

鈴木 なつ	並木 ノブ	藤田 賢一
-------	-------	-------



賛助会員紹介

今年度、当センターをご支援くださる賛助会員の皆様をご紹介します。

【個人】

県議会議員 小野崎正喜 様	第1期会長 星久木義雄 様
市議会議員 櫻田 基介 様	市民一名

【団体】

山武市商工会 様
社会福祉法人 緑海会 様



～ 明るく元気な 100 歳へ ～

戸村茂昭さん

成東地区会員の戸村さんは、平成 20 年入会の会員歴 15 年。「えるワークさんむ」の日々をどのように過ごしているか取材しました。

Q: 「えるワークさんむ」の愛称に“える（仲間をえる）”がありますが、お仲間はできましたか。

A: 就業仲間と LINE グループで繋がり、仕事のことや身の回りの出来事を写真や資料を添付して連絡しあっています。後期高齢者にとって人とのふれあいは気持ちに張りができてよかったです。

Q: 今までどのようなワーク（就業）をしましたか。また、就業以外のワークをしていますか。

A: 山武市の広報紙配布、スマホ教室の講師。広報委員長としてシルバー「さんむ」第 1 号から編集に携わっています。現役での仕事で NTT データのシステム開発作業標準を確立したのは私の誇りで、その関連技術のパソコン指導を希望して入会したのですが、その仕事は極めて少ないです。就業以外では、伊能忠敬の生き様に感動したことからライフワークとして伊能忠敬の功績や内容をみなさまや子供たちに伝えたいと思っています。

Q: 趣味や特技はありますか。

A: 写真撮影と今年は菊花作りに精を出しています。10 月の作品展示会に出展するつもりでいます。

Q: 健康に過ごすために取り組んでいることは？

A: 65 歳の時に脳梗塞を発症したので、以来は暴飲には気をつけています。また、我が家で放し飼いの鶏の生卵かけご飯や家庭菜園の野菜を食べているのが健康を保っていられるのかも。父が 95 歳、母が 103 歳まで生きながらえたので、明るく元気な 100 歳も可能かなと思っています。



猛暑の中、取材日は 10 月の展示会に出展する菊の手入れをしていました。ご覧のように藤棚の下での取材でしたので話が弾んで豊富な取材ができました。伊能忠敬の生き方を後世に伝える活動、それを通して子ども達への愛が印象的でした。（撮影：松島、取材：川島、高橋）

市長・議長に要望書を提出しました

7 月 26 日、藤田会長、今関副会長、津久井事務局長が松下市長を訪問し、「地域社会に貢献するシルバー人材センターの決意と支援の要望書」を提出いたしました。

この要望書は、全国シルバー人材センター事業協会総会で採択された事案で、シルバー事業に対する理解と事業の確保について行政機関にご支援とご協力をお願いするものです。



しるばあママだより No.1



“しるばあママ” ってなに？ 元気で明るい女性会員の愛称です
 ゆっくり にっこり たっぷり 支え隊 ～元気な あなたを 待っています～

当センターは千葉県内でも女性会員比率が高く、男性会員より就業率も高い！それだけ、女性が活躍できるお仕事を多く求められています。シルバーは仕事だけではなく、地域貢献や社会参加、居場所づくりも提供しています。

山武市の女性が元気で明るく、楽しいシニア世代を過ごせるようにさまざまな活動をしていますので、これから、広報「シルバーさんむ」で女性会員さんの活躍の様子を「しるばあママだより」をとおして発信していきます。

女性部会とは、現在8名の委員で構成されており、女性会員の増強や女性が働きやすい就業の拡大や会員同士の親睦を深めるため、健康・料理教室、小物作り、日帰り旅行等を企画・運営しています。健康・料理教室は市民にも参加を募り、既存会員との会話を通して入会へつながるきっかけ作りをしています。

すみれの輪

女性部会主催で会員・市民が参加出来るイベントを実施しています。



今年度第1回目は6月27日に“築地場外市場&明治座「梅沢富美男劇団」”に30名で行って来ました。築地で美味しいものを食べ歩き、明治座では芝居・歌謡ショー・舞踊ショーを見て笑い、歌を口ずさみ、楽しい1日を過ごしました。

～参加者の声～



- ・築地で時間は短かったけど食べ歩きできて良かった。
- ・みんなで楽しい1日が過ごせて良かった。
- ・明治座に観劇に行くというのもいいね。良かったよ。

今後の活動予定は、10月に布リース作り、3月に料理教室（いちご大福）を開催予定です。就業だけではなく、親睦の輪を広げるために友達を誘っての参加をお待ちしています。

女性会員の就業

草取り・屋内外清掃・家事援助サービス・ママ家事サポート・広報紙全戸配布・市役所受付業務等をおこなっています。多くの女性会員が活躍しています。



公共施設の草取り



ワクチン接種受付

すみれサークル

月2回集まり、小物を製作して、事務局の窓口や市主催の行事で販売をしている女性会員の独自事業です。活動内容は6ページで紹介しています。

女性会員募集中

草取り・清掃作業の就業会員を募集しています。すきま時間をシルバーで働いてみませんか？

独自事業「すみれサークル」活動

7月29日、6年ぶりに開催された山武市サマーカーニバルに初めて出店しました。久しぶりの出店なので張り切って出動、サンバやダンス、来場者も多く賑やかなお祭りでした。女性会員さんの協力で「ふくろうストラップ」などを販売してシルバーをPRでき、最後にみんなで花火を鑑賞して楽しい一日でした。



独自事業「いきいきクラブ」活動

今年はサツマイモの苗が市場に出回らず、苗の確保に四苦八苦しながら、数回に分けて苗植えを行いました。



昨年好評を頂いた黒豆は紐を張り一列に並んで種を植えました。

10月にはサツマイモも大きくなって収穫できるので、ぜひ皆さん買って下さい。

10月15日の福祉まつりにも出店します。今年も紅あずまと紅はるかの2種類です。お楽しみに！



山武地区ボランティア活動

6月7日(水)、山武福祉作業所・山武福祉センター・広報紙封入場所の睦岡作業所で草刈や植木の手入れなどのボランティア活動を行いました。

(参加者は33人)



いきいきわくわく教室・はなまるサロン

市の転倒骨折予防プロジェクトの一つとして、社会福祉協議会のゴールドクラブと連携し、図書館・シルバー人材センターで「いきいきわくわく教室」を開催しています。内容は専門職の先生による健康に関する講演会やゲーム、測定等です。今年度は、6月19日松尾地区、8月10日成東地区で行い、10月13日山武地区、12月15日蓮沼地区を予定しています。シルバーでは、すみれサークルの小物販売や視力・握力測定を担当し、楽しみながら健康づくり意識を高められるよう取り組んでいます。



「はなまるサロン」は、気軽に集まれる場として、いきいきわくわく教室と連動させ、その翌月にのぎくプラザで開催しています。社会福祉協議会のイベントで使う

雑巾を縫ったり折り紙を折ったりして参加者とおしゃべりをしながら楽しんでいきます。

お家で1人だと誰とも話をしないので、こういう場があると楽しいとの声があり、改めて集いの場所の必要性を感じました。皆さん 遊びに来て下さい。



文芸 写真俳句

課題 彼岸花



土手燃ゆる権現坂や彼岸花
関口 宙海

曼殊沙華四十四本の蕊の針
戸村 茂昭

暑さの終わりに咲く
川島 房枝

赤い花 曼殊沙華
細く赤い花芯は

主と私をつなぐ赤い糸
生まれ変わっても

何度生まれ変わっても
主のもとへ

次号の課題写真

元旦(初日の出)の写真をテーマとした俳句の投稿を募集します。

〆切 11/30



入会者紹

よろしくお願ひします

(令和五年五月)

徳元 美智郎 (成東)

稲垣 富栄 (山武)

高沢 千代 (山武)

並木 房子 (山武)

宮本 和夫 (松尾)

江幡 年子 (松尾)

鈴木 貞雄 (蓮沼)

(令和五年六月)

久保 嘉之 (成東)

今川 好一 (成東)

宮野 祥子 (成東)

横江 和子 (成東)

小林 泰 (山武)

鈴木 秀郎 (山武)

池上 和子 (山武)

(令和五年七月)

藤崎 供美 (成東)

佐々木 一也 (成東)

麻生 正幸 (成東)

平澤 正道 (松尾)

長谷川 たつ子 (松尾)

中山 せつ子 (松尾)

(令和五年八月)

中野 肇 (成東)

吉田 しづ子 (成東)

逸見 仁三 (山武)

吉川 栄次 (松尾)

(令和五年九月)

今関 あき子 (成東)

清水 正 (山武)

布河谷 法久 (松尾)

(敬称略)

秋庭光雄さんの安全標語が表彰されました



7月14日、千葉県シルバー人材センター連合会主催の令和5年度「安全・適正就業推進員研修会」において、秋庭光雄さんの標語が優秀賞として表彰されました。

受賞作品 “作業前 みんなで確認 安全対策”

この作品は、安全な作業をするためには、作業前の確認が最も重要であることを示しています。安全委員会でも、あらゆる場面において「作業前の安全確認をしましょう」と伝えています。

皆さんがこの標語にある作業前にある安全確認を、意識することなく習慣的にできるようお願いします。

今年度もスマホ教室を開催しています

今年度はシルバー独自の開催で、1開催4回受講のコースを来年の2月までの5回開催予定です。



1回目の5月期には8名の受講生が参加し、基本的な操作方法だけではなく、一人ひとりの質問に丁寧に応えご好評をいただきました。是非この機会にスマホ教室に参加して、スマホの基本的な操作や便利な機能を習得してスマホ生活を広げてみませんか。

ヘルプデスク（個別相談）も実施していますので、スマホ操作にお困りの時はどんなことでも構いませんのでご相談ください。



編集後記

広報委員 川島 房枝

今年の夏は、とても危険な暑さでした。そのうえ、異常気象のため風水害にみまわれたところが多く、お見舞い申し上げます。世界は非常に難しい事態になっていますね。

ここで考えて頂きたいのは、人は何のためにこの世に生まれて来たのか。

例えばエジソンは白熱電球を発明して暮らしを楽に、ベートーベン美しい曲を作って人の心を豊かにしました。誰かの役に立てるために生まれてきたのではないのでしょうか。

若者が尊い命を無駄にしないよう、長い年月を生きてきた者として、知恵を出し相手の心に響くよう接したいと思います。