

# 船 絡 連 報 会

## 新年のご挨拶



理事長 酒井 雪夫

迎春

明けましておめでとうございませう。会員の皆さまには、ご健勝にて新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

旧年中はセンター事業に対しご理解とご協力いただき有難うございました。

また、新事務所移転にあわせ事務所披露式典にご協力をいただき重ねて感謝申し上げます。

さらに、平成二十七年に計画されました地域班の再編成も、会員の皆さまの協力で早々に立ち上げられました。班活動の充実によりさらなるセンターの活性化に繋げて行けるものと期待しております。また、改めて行ったシルバー人材センターの適正就業ガイドラインの説明も、それぞれの地域班の会合の場所に於いて事務局より説明しておりますが、ご理解をいただいたことと承知しております。しかし、まだ班会合が行われていない地域、または会合に欠席された会員の方には班長・役員より書面を届けるようお願いいたします。

今年の計画は会員総活躍を目標に、班組織活動と役員との連携を図り、シルバー人材センターの基本理念である「自主・自立、共働・共助」のもと、会員の意識・知識と経験を結集し、共に助け合い発展できるセンターを構築するとともに、ますます高齢化が進む中で元気で働く高齢者のお手本になれるよう努めて参りましょう。

昨年は北海道から九州まで災害の多い年でした。お見舞い申し上げます。幸手市も地域により水害に毎年遭遇します。今年は、局的ゲリラ豪雨等が無い静かで平穏な年であるように願っています。



※昨年幸手市初のプロ野球選手が誕生しました。

岡崎大輔内野手  
地元吉田小、東  
中学校卒業。  
花咲徳栄高校  
からプロ野球オ  
リックスに入団  
されました。

おめでとうございませう。幸手市の星になるよう皆さんで応援しましょう。

結びに、今年も会員の皆さま、ご家族皆さまの益々のご健勝をご祈念申し上げます。

初春



## ◎新事務所披露式典

センター移転に伴い、会員六十八名の参加を頂き、幸手市長「渡辺邦夫」様をはじめ多数の来賓を迎えて開催されました。式典後、同開催場所にて祝賀会を行い新しい事務所の門出をお祝いしました。



式典後の記念撮影

- 一 移転日：平成二十八年四月一日(金)
- 二 住 所：幸手市幸手二二六二
- 三 建物詳細：
  - 鉄筋コンクリート造2階建
  - 延べ面積 約770㎡
  - 敷地面積 2,906.7㎡

- 四 移転施設：旧幸手市保健センター

# 地域班活動

公益社団法人幸手市シルバー人材センター

## ①地域班説明会

地域班の設置と目的等について理解を求める。を語り合いました。



## ③さくら班懇親会



## ②委嘱状の交付

各地区の班長・副班長へ委嘱状を交付しました。



## ④地域班役員会議



### ※地域班活動状況

- 9月12日 さくら班 茶話会
- 9月27日 班長副班長会議
- 9月30日 さかえ班 顔合会
- 11月15日 八代・吉田・権現堂 茶話会
- 12月22日 さくら班 忘年会
- 1月26日 幸手・上高野班 新年会

◎それぞれの班活動に積極的に参加しましょう!!

### 祝賀会風景



☆事務所移転式典(十月三十一日)

市長より、「新事務所移転を機会に、働くことを通じて生きがいを得ると共に、地域社会の活性化に貢献することを期待する」とのお言葉を頂きました。

理事長挨拶



☆交通安全研修

(八月二日)



交通事故防止に向けて熱心に取り組んでいました。また、幸手警察署担当者より、特殊サングラスの指導を受けました。

◎会員のみなさん各種イベントに積極的に参加しています。



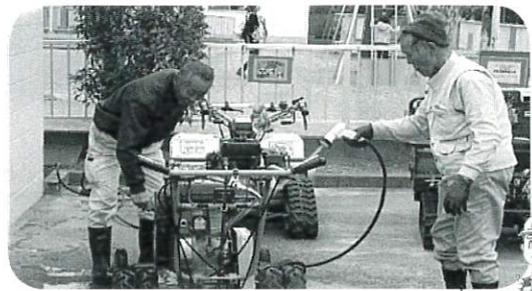
幸手市民祭り(11月13日)



ドライバードッグ(10月25日)  
久喜自動車学校



救急救命講習会(11月16日)



草刈り機に感謝の大掃除(12月22日)



桜と菜の花

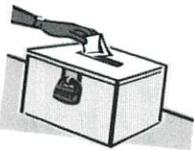
(パソコン教室での作品：早川芳江さん)



モリムシクイ

珍客・関東に初飛来  
権現堂桜堤にて (編集委員)

(俳句、短歌、川柳、写真)等  
センター入口にある「連絡船」  
箱にお気軽に投函して下さい。



妻のもの (H・S)

我が年金老後の楽しみ

(横田正夫)

電話での身内装う詐欺手口  
顔も見ず電話だけではふりこむな

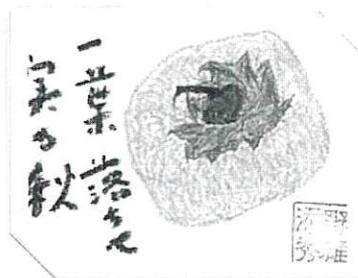


寒い夜鍋物食べて  
まびす顔 (M・Y)

雪の中果実を食べる  
メジロかな (関孝之)



会員投稿作品



(添野秀雄さんの作品)



編みぐるみ・ツムツム  
(島田ゆきえさんの作品)

「生きがいと 地域のニーズを 結びます」 (センターキャッチフレーズ)

センター便り

◎ センターこれからの予定	
① 2月23日(木)	腰痛予防研修会 (センター作業室)
② 3月 3日(金)	ジョブトレーニング
③ 3月26日(日)	桜まつり会場清掃開始
④ 4月より	新年度契約・会費納入
野菜市…毎週月曜・水曜 (開催) チップの堆肥1袋250円・好評発売	

無事故で充実生活！



「交通安全」

交通事故の死傷者は年々減少傾向にある一方、六十五歳以上の高齢者が占める割合が高くなっていきます。さらに近年では、交通事故の被害者だけでなく、加害者になるケースも増えていきます。  
平成二十七年において、シルバー人材センターでの就業中・就業途上の交通事故が393件で、5人の尊い生命が失われています。  
交通事故に合わない！  
事故を起こさない！

※植木・草刈班の募集

植木の手入れ等に興味のある方、垣根の刈込・庭木の剪定など需要に追い付かない状態です。

興味のある方は是非センターまで連絡してください。

◎初心者歓迎！



皆様を不慮の事故から守るため傷害保険に加入しています  
朝日火災海上保険株式会社  
大宮支店 公共法人部  
内容：シルバー傷害団体保険  
死亡事故 九百万円  
入院 一日五千円  
通院 一日三千円  
※通院については、条件がありますのでご相談下さい。  
※事故発生時は、速やかに事務局までご連絡下さい。

就業報告書の提出期限	
毎月5日まで	
○配分金支払い日程	
2月分支払い	3月15日(水)
3月分支払い	4月17日(月)
4月分支払い	5月15日(月)

健康体操 (9時30分～)



〈毎週木曜日開催〉

みんなで、新しい仲間の参加を待っています

SG・G愛好会連絡先関 孝之  
電話〇八〇一六五七七・四二五三



会員とOB・集合写真

平成29年度SG・G愛好会活動計画(案)
5月 会員総会 中央公民館
7月 第34回大会 老人福祉センター
10月 第35回大会 老人福祉センター
12月 第36回大会 老人福祉センター及び忘年会
平成30年
3月 第37回SG・G大会 桜泉園

グラウンド・ゴルフはいつでも、どこでも、誰でもできる生涯スポーツ！  
ルールが簡単。年齢、性別、体力、運動能力などがプレーの結果に大きく影響することがありません。  
お互いの親睦を深め、楽しくプレーを楽しみましょう。

グラウンド・ゴルフ愛好会

健康麻雀 (10時15分～)

「賭けない・飲まない・吸わない」



認知症にならないよう身体も脳もリフレッシュ！  
体操で身体を鍛え麻雀で脳を鍛えましょう。



ボランティア活動



公道清掃作業  
12月6日



交通安全パレード  
9月17日

臨時職員紹介



佐々木 静子

昨年9月より臨時職員としてお仕事をさせて頂いております。高齢者の皆様が生き生きと仕事をしていくのを目の当たりにして、就業は心身ともにリフレッシュさせてくれる「元気の源」だと思えます。

微力ながら、働く会員皆様のお力になれる様頑張りますので、宜しくお願い致します。

- 一 高いつもりで低いのが教養
- 二 低いつもりで高いのが気位
- 三 深いつもりで浅いのが知識
- 四 浅いつもりで深いのが欲望
- 五 厚いつもりで薄いのが人情
- 六 薄いつもりで厚いのが面の皮
- 七 強いつもりで弱いのが根性
- 八 弱いつもりで強いのが自我
- 九 多いつもりで少ないのが分別
- 十 少ないつもりで多いのが無駄

そのつもりで、  
頑張りました

熟年の知恵と工夫で自己管理



私の健康法

「ピンピンころり」 小谷 敏夫

熟熟思うことは、「死生有命」です。天命によって与えられた命を正しく全うするには・・・と。そこで三つのことを考えてみます。

一、「体のこと」

基本は、「足腰を鍛える。その方法は「歩くコースを変えながらのウォーキング」・「階段の上り下り」そして「色々な方達とのハイキング」を実行する。これは五官を通し脳・内臓・筋肉に刺激を与え活性化します。

二、「心のこと」

三学の一つ「老いて学べば死して朽ちず」のごとく「心性の学」を学び心と脳に刺激を与えます。

三、「生きること」

論語の一節にある「人の生くるは直し。これを罔いて生きるは幸にして免るるなり。」の真っ直ぐな生き方は、安心立命にも通じます。

これらの生き方が、次世代の人達に対する手本となり、正しく内村鑑三の後生への最大遺物の一つである「勇ましい高尚なる生涯」にも相通じ、「ピンピンころり」と死を迎えれば本望ではないかと思う今日この頃です。

編集後記

寒くなると、外出や運動の機会が減りますね。体を動かして元気に楽しく過ごしましょう。

ふくらはぎは、下肢の血液を心臓に戻すポンプ機能があり「第二の心臓」といわれます。そこで足を強化！スクワット(椅子を利用)や階段を登るなど日常生活で足を使いましょう。また、ジョギングやウォーキングなどの有酸素運動は全身の血流が良くなり、末端まで熱が届きやすくなります。

普段より少し遠回りして歩いて帰る、散歩をするなどもおススメです。  
(会報編集委員会)