ぱわすこ小千谷

第 19 号　令和6年1月10日

公益社団法人
小千谷市シルバー人材センター
（愛称　ぱわすこ小千谷）
〒947-0035 新潟県小千谷市大字桜町5140番地
サンラックおぢや内
TEL：0258-82-6550　FAX：0258-82-6615
ホームページ:http://webc.sjc.ne.jp/sc-ojiya/

編　集　広報委員会

黎明の信濃川　（撮影：広報委員会）

新年の挨拶

令和6年 年頭の挨拶

小千谷市長　宮崎悦男

謹んで新年のお喜びを申し上げます。

シルバー人材センター会員の皆様には、日頃より豊かな知識と経験を活かして地域社会に貢献いただいておりますことに、心から感謝を申し上げます。

さて、昨年、小千谷市が抱える人口減少や産業の活性化、まちの魅力再生などの重要課題に取組むため「重点政策プロジェクト・チームOJY」を結成し、職員が部署を超えて課題解決への取組みを始めました。また、プロジェクトをはじめとした事業を革新的に推進するため、民間企業のノウハウや知見を活かした助言等をいただく「小千谷市プロジェクトアドバイザー」に小千谷市出身の方から就任いただき、小千谷の「宝」を磨き上げる施策を検討し、少しずつですが、動き始めています。

小千谷市が抱える課題は多岐にわたりますが、皆様には、その豊かな経験や長年培ってこられた能力を小千谷市のために、ぜひお役立ていただきたいと考えております。

行政だけで行うのではなく、市民の皆様との協働により事業を進め、自分たちのまちは自分たちで作っていく気持ちを醸成し、「市民総参加」で挑戦するまち、心豊かなまちを目指してまいります。今はまだ小さな芽ですが、この芽を大きく育てていけますよう、ふるさと小千谷の発展のため、皆様からは、引き続き変わらぬご指導とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、シルバー人材センターのますますのご発展と、会員並びに関係各位のご健勝、ご活躍をお祈り申し上げまして、年頭の挨拶といたします。

令和6年 年頭にあたり

小千谷市シルバー人材センター
理事長　阿部正行

令和6年の幕開け　年頭にあたり、謹んで新春のお喜びを申し上げます。

日頃より会員の皆様は豊かな経験と卓越した知識を活かしてこの郷土小千谷の地で活動に邁進していること、本当に私自身大きな勇気をいただいております

また、小千谷市をはじめ企業・賛助会員の皆様方、幅広く市民の皆様方から多大なご支援をいただいています。再度感謝を申し上げます。

さて、昨年令和5年を振り返ってみて皆様方はどんな感想をお持ちでしょうか。それまではコロナでかなり痛めつけられましたが、ようやく終息がみえてきました。

しかし、世界に目を転ずればウクライナ情勢やパレスチナ問題、覇権主義の台頭、この日本にとっては地球温暖化の影響でしょうか、夏の暑さは正に異常としか言いようがありませんでした。また、物価高も見逃せません。

そんな中にありまして、少しでも倹約して生活している庶民の知恵や他人を気づかう姿等々は日本ならではのものです。そして、シルバーの活動において、熱中症対策を講ずる中で私も参加した草刈りにおいてもお互いに助け合う姿勢で「まだまだ大丈夫」と声をかけていただき何度も励まされました。

「捨てる神あれば拾う神あり」ともうしますけれど、共助の一端をみたような気がします。こういう取組みこそシルバーの神髄と感じました。

私も昨年6月に理事長に就任以来、会員の皆様と歩調をあわせながら、主役の皆様をいかに輝やかせていけるのか、考えてやってきました。まだまだ、その取り組みは道半ばではありますが、全力をもってことに当たりたいと思っております。

昨年の事業実績は前年を少し下回っておりますが、幸いにもコロナ禍の時期よりかなり回復しております。気がかりなのはインボイス制度への対応です。

そして、今年はシルバー人材センター発足から40年を迎えます。この記念をどうするのか、今検討中ですのでご期待下さい。

結びに会員・役職員一同の益々のご健勝・ご多幸と関係各位の弥栄を願い、年頭の挨拶とします。

理事会報告

第4回理事会8月24日（木）

報告事項等
・新会員5人の入会を報告
・各委員会活動状況等報告
・10月から始まる「インボイス制度」について説明
・役員研修について

第5回理事会10月26日（木）

議　事

○第1号議案　職員等の旅費支給に関する規程の一部改正について
○第2号議案　小千谷市シルバーワークプラザ利用規則の一部改正について
○第3号議案　「理事会開催の取扱い」並びに「シルバー人材センター役員報酬及び委員等の費用に関する取扱い」の一部改正について
提出された議案は承認されました。

協議事項
・新年度単価について
・設立40周年事業について
・入会費免除について

報告事項等
・新会員2人の入会を報告
・各委員会活動状況等報告

第6回理事会12月6日（水）

議　事

○第1号議案　委員会の構成員になっている監事を各構成員から外し、オブザーバーとして各委員会に参画していただくことについて
提出された議案は承認されました。

協議事項
・設立40周年事業について

報告事項等
・賛助会員訪問活動について
・新会員1人の入会を報告
・各委員会活動状況等報告

事務報告

7月

19日(水)　入会説明会〔7人〕
20日(木)　第3回広報委員会
24日(月)　北シ協定時総会
25日(火)　第1回安全就業指導巡回
25日(火)～28日(金)　第4回広報委員会
27日(木)　全シ協派遣元責任者講習（東京都）

8月

3日(木)　NRIセミナー（オンライン：職員）
10日(木)　県シ連立入検査
14日(月)～17日(木)　安全講習会〔34人〕…写真①
16日(水)　会員拡大就業開拓担当者会議（オンライン：職員）
17日(木)　第2回安全・就業委員会
24日(木)　ぱわすこ小千谷第18号発刊
29日(火)　入会説明会〔2人〕
17日(木)～22日(火)　市長・議長・県議訪問（理事長、副理事長、事務局長）
24日(木)　NRIユーザー研修（オンライン：職員）
29日(火)　第4回理事会
第2回総務委員会

9月

4日(月)　ハローワーク公正採用選考人権啓発推進員等研修会（長岡市：事務局長）
13日(水)　インボイス会計研修会（新潟市、オンライン：職員）
20日(水)　入会説明会〔1人〕
22日(金)　冬囲い班会議〔14人〕
27日(水)　冬囲い講習会（サンラックおぢや）〔18人〕

10月

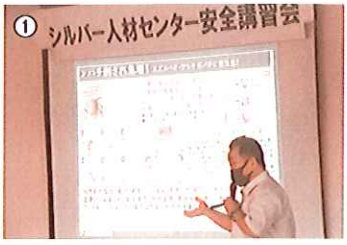
1日(日)～7日(土)　シルバー友の会研修旅行
12日(木)　冬囲い講習会（小千谷中学校）〔15人〕
18日(水)　県シ連事務局長会議（新潟市）
20日(金)　入会説明会〔5人〕
25日(水)　第5回広報委員会
26日(木)　全シ協新任理事長研修会（東京都）
27日(金)　第1回地域班長会議〔20人〕…写真②
30日(月)　第5回理事会
第35回魚沼地区業務連絡会議（十日町市：職員）
第3回総務委員会

11月

2日(木)　会員ボランティア総合体育館「落ち葉はき」〔101人〕
14日(火)　県シ連中越地区シルバー役員研修会（長岡市）
15日(水)　県シ連派遣・請負業務担当者研修会（オンライン）
17日(金)　入会説明会〔2人〕
県シ連安全パトロール（十日町市：安全・就業委員、職員）
21日(火)　地域班会議（千谷川）〔5人、事務局長〕
21日(火)～27日(月)　北シ協職員研修（湯沢町）
第6回広報委員会

12月

2日(土)　シルバー友の会総会
6日(水)　第6回理事会
7日(木)　60才以上の方限定就職セミナー&求人説明会（ハローワーク：事務局長）
11日(月)　第7回広報委員会
20日(水)　入会説明会〔5人〕
21日(木)　冬囲い意見交換会
27日(水)　第8回広報委員会
28日(木)　第3回安全・就業委員会
仕事納め



辰年生まれ 会員の声

①あなたの健康法（習慣・気をつけていること　等）
②あなたの趣味や今後やってみたいこと（楽しみにしていること・挑戦したいこと　等）
③令和5年を振り返って（印象に残っていること・当時の体験談　等）
④これからの目標や夢など

真島 タキエ（若　葉）

①お医者様の注意事項、年を取ったら塩分・油物・甘い物は程々、腹八分目を気をつける事だそうです。さあ実行？
②編み物、裁縫。上手下手は別にして物を作る事が好きで続けていきたいです。
③畑でマルチをめくっていた時の事、大の苦手のヘビがニョロニョロ。ギャァー！尻もちをついて一瞬動けず仲間に逃がしてもらったけど、思い出す度、頭の中でニョロニョロ…。
④東京新橋から「ゆりかもめ」に乗って豊洲でちらし寿司をお腹いっぱい食べる事。アー、太る事まちがいなし…。

濁川 正勝（城　内）

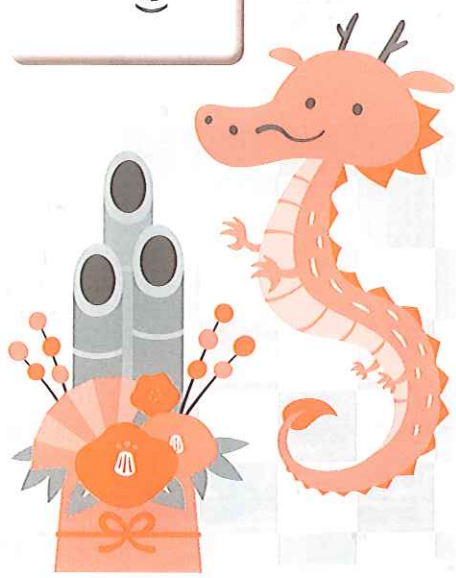
①ドクター指示の塩分控え日を守り続けること。それにしても「醤油一滴千の味」がなんとも恋しい。
②三度の飯より好きなマージャンから遠ざかって久しいが、ボケ防止のため復活の機あらば…と。
③救急搬送された時の不安感。にも拘わらず救急隊員、医療スタッフの優しさには頭の下がる思いだ。
④好好爺になることかな。（多くの出会いに感謝し、いろんな感動をいただいた。さらに大谷選手や藤井棋士の歴史的偉業にこれまた感激。）

岩渕 英司（元中子）

①健康に良いことは毎朝の愛犬との散歩。悪いことは毎日甘いものの食べ過ぎです。ピンチです。
②半年前カリンバという小さな楽器に出会い、オルゴールのような優しい音色を楽しんでいます。
③大谷翔平の大活躍に夢中になっていた一年でした。家内には「にわかファンだね。」と笑われましたが…。
④コロナ禍で、出来なくなってしまった老人ホームでのオカリナコンサートが、再開できますように。

江村 文子（城　内）

①時間のある時は、太極拳で足を動かす事を大切にしています。
②20年前から、陶芸を作り始めていますが、60㎝の何かを挑戦して達成を目標にしている事です。
③京都に、ゆっくりと旅行を楽しんで来ました。
④金沢の兼六園。富士山が見える絶景温泉宿に、ゆっくり行きたい。



楽・感・翔・絆

辰の年

瀬沼　宏（城　内）

①城山の里山歩きを続ける。病気の早期発見になるので、集団検診を怠らない。
②釣り。釣り堀で疑似餌を使って行うが、魚にすぐ見切られる。練習、練習。
③今年ほど暑い夏はなかったが、夏と冬どっちが好きときかれたので、冬と答えた。冬になり、冬と夏どっちが好きときかれたら、夏と答えるかも知れない。
④日本一周してみたい。

整

阿部 文夫（時之島）

①家庭菜園と花木を育てている事で体を動かす事。
②孫と一緒に過ごす事と、孫の成長が一番の楽しみです。
③シルバーの旅行を2回とも参加させてもらい、大変楽しく過ごさせてもらいました。
④友達と温泉に行く事。

笑

前島 辰彦（上ノ山）

①BKコーヒー・緑茶・果物・野菜・ナッツ類・脂身の少ない肉・青魚・ネバネバ食材を食べる。階段の昇降。
②アジアドラマ。野菜作りのレパートリーを増やしたい。
③暑い夏だったので、野菜の水やりが大変だった。
④病気・怪我などをしないようにしてシルバーさんからのお仕事を続けていきたい。

暖

小林 光男（片貝町）

①出来るだけ歩くこと。精神面では、あれこれ考えすぎないこと。
②片貝の歴史を調べること。その中で片貝に縁のある人の出身地を訪ね、その人の想いに馳せること。
③孫が三人、四人となり、その成長をテレビ電話や時々会えることで実感出来ることが何より有難い。
④今、入っている同好会やサークル等を通してこれから多くの人に出会い楽しみを共有したい。

喜

阿部 みよ（時之島）

①日標にしている「歩く」事がなかなかできません。「腹八分目」、「くよくよしない」も心がけています。
②人様があまりにも多趣味で、自分がはずかしくなりました。これから探します。
③町内老友会の毎月の行事や旅行、シルバーの旅行にも参加させていただき、とても楽しめました。
④次男家族の暮らす東京に行き、また紅葉の高尾山に登りたい。はとバスで東京巡りもしたいです。

楽

滝沢 一賀（上　村）

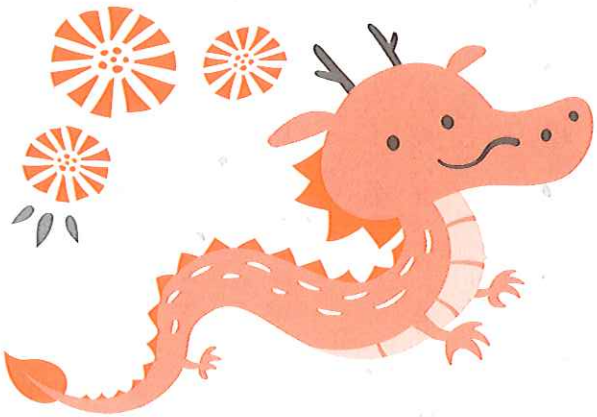
①体を冷やさない。睡眠時間を多めに。歳を取ったら無理をしない。
②温泉に行く。旅行を楽しむ。
③一年の経つのが早い。
④体力が有る内に、人生色々悔いのないようにしたい。

変

星野 文子（桜　町）

①起床後の水分補給でコップ一杯の水と風呂上がりのストレッチを続けています。
②楽しい事はすぐ始めるが飽きるのも早い。前にはまった大人の塗り絵をしたい。
③いろいろな活動に参加できた事や思い出のある宿に又シルバーの旅行で泊れたのが嬉しかった。
④健康に気を付けて友人との旅行を楽しみたい。

暑



石坂 弓子（上ノ山）

①目報抄を読み、書き写す。脳トレをやり、ボケ防止に。一日を楽しく過ごす。友達、近所の人と話す。
②朝の連ドラ、大相撲にはまっています。奥が深くて楽しいです。婦人防火クラブ、サロン参加。
③ロッテアライホテルで埼玉の子や孫と遊び、孫の成長にビックリ（二年振り）自分達の体力の衰えを痛感。
④運動。足腰が弱る一方なので。自分の体を考え無理しないで実行する。出雲大社、京都。

静

大塚 剛（山 寺）

①体力アップにウォーキング・ストレッチをやっています。
②春に、兵庫へ孫の顔を見に行くのを楽しみにしています。
③シルバーに入会して、体力不足を痛感しました。
④とくにありません。

健

折田 忠（城 内）

①睡眠時間を8時間とる。血圧と体重をチェックする。出来るだけ人との交流に心掛ける。
②詩吟を始めて50年以上となり、多くの仲間との絆を大切にして仲間を増やしたい。
③6月に広島での大会で久しぶりに全国の仲間との交流。9月に東京浅草公開堂での大会があり、充実した一年でした。
④会の事務局をしていますので、パソコンとスマホを今より上達したい。（ウクライナ、イスラエル、他）

戦

大塚 直樹（山 寺）

①朝のラジオ体操、週2～3回の総合体育館でのスポーツを続ける事
②ドライブ、スポーツ、山菜採り、旅行する事
③ウクライナやイスラエルでの戦争が辛い一年でした。
④常に感謝し、ゆとりのある人になる

慈

井浦 義明（木津町）

①気楽に無理せず散歩やストレッチ運動を行い、心身の健康を保つよう努力しています。
②第二次世界大戦後の日本の近現代史の真実探究を行って生きたいと思っています。
③シルバー活動を通して、社会や誰かの役に立っていることに感謝を感じた一年でした。
④病気予防の草の根運動を続けること。時間が出来たら日本中を旅行してみたい。

激

たくさんの方から寄稿していただき、ありがとうございました。辰年生まれの性格として、先見の明を持っている、行動力がある、負けず嫌い、個性的な人が多いなどといわれるようですが、皆さんは当てはまりますか？

辰年は大きな出来事が起こりやすい年とされ、過去に東京スカイツリーの開業、BSデジタル放送の開始、リクルート事件などがありました。今年は新紙幣発行やパリオリンピックなどがありますが、どんな年になるでしょうか。

令和5年を漢字1字で表していただきましたが、令和6年がいい感じになることを、ご祈念いたします。

ちなみに…

昨年発表された漢字は「税」でした。

税

ぱわすこ広場

夫婦元気にこれからも！

No.986　和田　修平さん（小粟田）
No.521　和田あや子さん

現在センターには、ご夫婦で入会されている方が18組おられます。その中で今回、和田修平さん、あや子さんご夫妻を紹介します。

お二人は仕事の傍ら、小千谷市で郷土芸能を伝承している団体「小千谷穂波会」で長年、地方（踊りの唄や演奏者）として活躍されています。

約50年前、出稼ぎで冬場に修平さんが家を空けて、することがなかったところ、近所の方から誘われたことがきっかけ。それまで唄を習ったことはありませんでしたが、民謡ブームも相まって始めることに。半年後、修平さんも誘い、夫婦一緒に習い始めました。当時所属していた会は、解散してしまいましたが、その後入会した「小千谷穂波会」では、あや子さんは唄を。修平さんは町内のお囃子で横笛を吹いていたこともあり、尺八と唄を担当し、大会や発表会に向けて、練習を続けて来られました。

全国大会に何度も出場され、東京の道はわからないが、武道館までの道のりは、よくわかるとのこと。今から20年前の全国大会当日の夜、武道館が大きく揺れました。新潟県中越地震が発生した日でした。やっとの思いで帰ってきた修平さん。その日は留守番で家にいたあや子さん。今まで生きてきた中で、一番忘れられない日だったそうです。

修平さんは今でも現役。大会や発表会の参加だけでなく、小学生などに指導をしたり後進の育成にも尽力されています。あや子さんは会を退きましたが、これまでの経験を活かして着付けのボランティアを行ったり、誘いがあって陶芸教室にも通っておられます。シルバーの仕事でも人と触れ合う機会があり、体が不自由でも気持ちが前向きで明るい方が大勢おられ、感心させられることが多々あるのだとか。人とのつながりで学ぶことも多くこれからも大切にしていきたいとおっしゃっていました。

結婚して55年。これまで、よく持ったなあと、あや子さん。子供に頼っていける時代でもないので、2人とも健康に、自分のことは自分でやれるように。修平さんは仕事ないと、家ではテレビから動かないので、元気なうちは仕事をしてもらいたいのだとか…。

ご夫婦ともに、これからも末永くお幸せにご活躍ください。

▶あや子さん作品でお茶を楽しむ

▶受賞したトロフィー

令和5年度 賛助会員ご紹介

年会費を納め、シルバー人材センターの活動をご支援くださっている事業所会員様

本年もよろしくお願い申し上げます

㈱位下印刷（若葉3）
㈱魚沼自工（城内1）
魚沼冷蔵㈱（東栄3）
越後おぢや農業協同組合（城内4）
エヌ・エス・エス㈱（桜町）
大川印刷㈱（元町）
㈲オーハシカンバン（桜町）
㈲大竹会館（桜町）
医大矢医院（元中子）
㈱おだじま保険事務所（城内1）
オフィスネットミヤザキ（東吉谷）
小千谷産業㈱（本町1）
オヂヤセイキ㈱（平沢2）
㈱片貝製作所（片貝町）
㈲割烹 竹屋（日吉1）
㈱カネオト（本町2）
㈱キムラ（城内1）
㈱共栄農工社（片貝町）
㈱クラサワ（元町）
クレープハウス 果実の星野屋（城内1）
㈲紺仁工房（片貝町）
㈲笹岡畳工業所（東栄2）
㈱佐藤土建（岩沢）
㈱城川道路（山谷）
㈱関鉄工所（千谷）
㈱第一測範製作所（坪野）
高留商店（東栄1）
㈱たかの（本町1）
高の井酒造㈱（東栄3）
㈱滝沢印刷（平沢1）
テック海発㈱（山谷）
㈲テプラス野沢（上ノ山1）
㈱中澤建工（千谷）
㈱中町国吉商店（本町2）
㈱新潟セイキ（鴻巣町）
日本ベアリング㈱（千谷）
㈱伴清工業（旭町）
㈱平忠（平沢2）
㈱ホームセンター大川（桜町）
防災公園管理組合（元中子）
㈱北越トラスト（上片貝）
㈱丸魚 魚沼水産（桜町）
㈱マルタニ（城内1）
㈱宮内測量設計事務所（桜町）
宮田製縄工場（四ツ子）
目崎硝子㈱（土川1）
㈱柳田工業（西吉谷）
山長（平成1）
㈱ユーワ（木津町）
ユキワ精工㈱（千谷）
ユニオンフーズ㈱（若葉3）
吉原印刷㈱（片貝町）
理研精機㈱（山寺）
渡辺建設㈱（城内2）
㈱わたや（本町2）

（順不同・敬称略）

会員サークル紹介

手作りサークル

毎月第2，第4土曜日
午後1時から

楽：クラフトの会

毎月第2，第4金曜日
午後1時半から

囲碁の会

毎月第2，第4日曜日
午前10時から

みなさんも一緒に活動してみませんか

シルバーサークル作品展示販売会展

昨年12月2日に、手作りサークル、楽：クラフトの会による作品の展示販売会が開かれました。どれもプロ顔負けの作品ばかり。大勢の方からお越しいただきました。

【手芸】

着物や帯をリサイクルして洋服やバックを作りました（写真①、②）

編み物は、時間の合間を利用してコツコツと仕上げました（写真③、④）

②

⑪

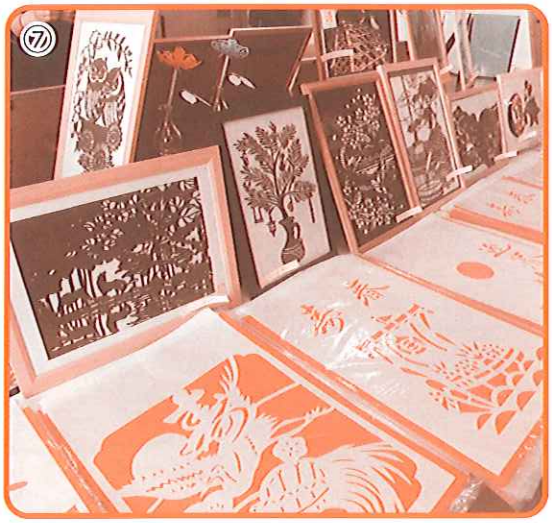
④

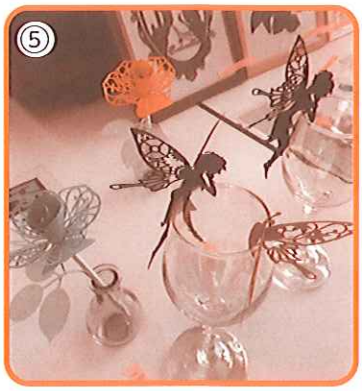
③

【クラフト】

1時間程度で完成する作品や、何時間も要する作品までさまざま（写真⑤、⑥、⑦）

この作品は額も手作りです（写真⑧）


⑦


⑤

⑥

⑧

昨年11月に北シ協職員研修（湯沢町）にて、手作りサークル、楽：クラフトの会の作品展示販売を行いました。ご覧になられた方、またご購入いただいた方、誠にありがとうございました。

当日の様子

美化ボランティア

昨年11月2日に総合体育館周辺で行いました、美化ボランティア活動に101名の方からご参加いただき、ありがとうございました。あいにくの空模様でしたが、大変きれいになりました。

あの時のワンショット

作業のようす

会場設営

花火筒のペンキ塗り

遊具の囲い

落ち葉はき

ドライビングスクール

ドライビングスクール

各種講習会

冬囲い

冬囲い

シルバー友の会

あの日スナ

昨年秋は久々に県外への研修旅行でした。母畑温泉の宿も素晴らしく、大変好評でした。

春の研修旅行は、4月14日～「置賜さくら回廊と日本三景松島をめぐる秋保温泉の旅」となります。詳細は後日、個々にご案内いたします。多数の方からのご参加をお待ちしております。

事務局からのお知らせ

確定申告をお願いします

シルバー人材センターで働いて得た収入（配分金等、シルバー連合会の派遣就業による給与）に関する証明書類を発行いたします。各自において確定申告をお願いします。

各収入の取り扱いについては以下のとおりです。

種別(支払者)	所得区分	備　考
配分金等(シルバー人材センター)	雑所得	＊控除額は以下のとおりです 基礎控除額…**48**万円（条件あり） 給与所得控除額…**55**万円（条件あり） 公的年金等控除額…昨年分と同じ ・配分金等は**55**万円まで（条件あり）控除が認められます
給与等(シルバー人材センター連合会)	給与所得	

※詳しくは、国税庁ホームページや確定申告の手引き等をご覧ください。

事業支援について陳情

昨年8月、阿部理事長、谷内副理事長、和田常務理事兼事務局長が、高齢者の就業機会を拡大するため、公共事業の発注および補助金の確保をお願いに小千谷市を訪問し、宮崎市長、上村市議会議長、吉越福祉課長、また大矢県議会議員それぞれに陳情に伺いました。

報告書提出はお早めに！

就業報告書や勤務実績通知書の提出が遅れると、請求書発行に支障をきたす場合がありますので、就業後は早めにご提出ください。

安全・就業委員会より

昨年11月、県シルバー連合会の方々と、十日町地域シルバー人材センターの雪囲い作業の現場巡回に伺いました。安全就業が徹底されており、大変参考になりました。

これから、除雪をされる方も多いと思いますが、くれぐれも注意して就業しましょう。「ヒヤッ」とした瞬間を忘れず、更なる事故撲滅、安全就業に努めてください。

配分金支払い日

＊1月15日(月)
＊2月15日(木)
＊3月15日(金)
＊4月15日(月)
＊5月15日(水)
＊6月14日(金)

派遣賃金支払い日

＊1月25日(木)
＊2月22日(木)
＊3月25日(月)
＊4月25日(木)
＊5月24日(金)
＊6月25日(火)

編集後記

あけましておめでとうございます。皆様にはお健やかに初春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

この度、広報誌「ぱわすこ小千谷」第19号をお届けいたします。

「辰年生まれ　会員の声」の健康法・趣味・夢等を拝見して、皆様の日々の精進・努力がうかがえ、大変勉強に、そして参考になりました。

辰年は『変革や進化の年』と言われているようですが、会員の皆様におかれましては、激変なく、ご家族全員健康な一年であることを祈っています。

「ぱわすこ小千谷」と改名して次号は区切りの第20号となります。会員の皆様、一層の紙面の充実のため、今後とも多くのご意見、情報をお聞かせいただけたらと思います。

この冬、暖冬の予想ですが、突然のドカ雪と寒暖差に注意され、元気にお過ごしください。

【編集】広報委員会
委員長　友野伸一
副委員長　村山枝美子
小嶋吉博
星野宗一