



第 62 号

# シルバーしろい



〈編集・発行〉公益社団法人白井市シルバー人材センター広報部会

発行日／令和7年1月発行

## 女性部会茶話会



### 骨密度測定



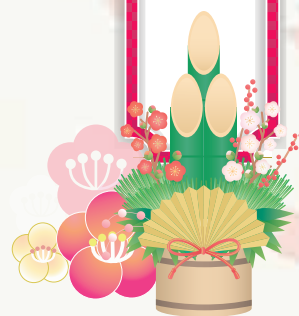
### 梨トレ体操



※関連記事は P6 から



# 新年のご挨拶



白井市シルバー人材センター

理事長 川崎 誠

新年あけましておめでとございます。

会員の皆さまには、健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より当センターの事業運営に、ご理解ご協力をいただき深く感謝申し上げます。

さて、少子・高齢化の影響で人手不足が進み、ますますシニアの人手を必要としています。今まさに私どもシルバー人材センターの役割が、重要となっております。ここに、内閣府が60歳以上を対象としたデータがあり、「あなたは何歳まで収入のある仕事をしたいですか」という問いに対し、①働けるうちはいつまでも20・6% ②80歳ぐらい4・8% ③75歳ぐらい11・9% ④70歳ぐらい21・7% ⑤65歳ぐらい25・6% ⑥仕事をしたいと思わない13・6%、という結果が出ています。皆さまは、この結果をどのように受け止められますか。ちなみに当センター会員の平均年齢は75・1歳。最高年齢は90歳です。できるだけ社会に関わってほしい、そんな意味も含めて、働く意欲とサークル活動などを楽しんでいる、多くの会員がおられます。会員の皆さまにおかれましては、健康寿命を延ばすためにも、健康と事故に注意され、シルバーの仲間共ども、本年も頑張つて参りましょう。会員の皆さま、ご家族さまのご多幸をご祈念申し上げます。

## シルバー人材センター役員紹介

🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸	🌸
監事	監事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	常務理事 事務局長	副理事長	理事長
山岸	渡部	二瓶	西井	宮田	北村	須田	津野	鈴木	三井	菊地	檀上	世古	川崎
外和	浩司	淳	典子	裕子	千佳	勇次	久志	くみ子	千秋	和也	康彦	俊文	誠





白井市長 笠井 喜久雄

からお礼申し上げます。

日本の平均寿命は急速に伸びて「人生100年時代」と言われています。こうしたなか、貴センターは高齢者が働くことを通して、地域社会の活性化に貢献する組織として活動いただいております。

会員の皆様がこれまで培ってこられた豊富な知識や経験を活かして、活動していただけるよう、市としても貴センターと連携し、活力あふれるまちづくりを進めてまいります。

結びに白井市シルバー人材センターの益々の御発展と、皆様の御健勝と御活躍を祈念申し上げます、新年の挨拶とさせていただきます。

シルバー人材センター会員の皆様におかれましては、健康やかな新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また日頃から市政に対し、多大なる御支援、御協力をいただき心



新 入 会 員 紹 介

(令和6年8月～令和6年12月)

会員氏名	地 域
星 村 秀 子	池の上
曾 根 正	桜 台
植 村 真理子	清水口
小 倉 敏 男	大山口
高 橋 謙	河原
井 上 幸 雄	谷 田
関 澤 延 行	大 松
有 山 一 邦	堀 込
田 口 詔 二	七次台
内 藤 元 子	桜 台
小笠原 雄 次	南 山
藤 原 富美子	桜 台
佐 藤 由里子	堀 込

会員氏名	地 域
渡 邊 かおり	七次台
野 澤 弘 子	桜 台
中 世 和 夫	堀 込
渡 邊 俊 之	富 士
石 井 敏 之	中
三 浦 弘 子	富 士
伊 藤 俊 江	大 松
松 丸 道 男	復 根
眞 田 芳 幸	桜 台
井 元 ひと美	復 根
安 山 忠 俊	復 根
渋 谷 光 代	南 山

(敬称略)

**年女**  
今年巳年 我らの年  
『頑張ります』  
**年男**

今年は、44の方が年男・年女で昭和16年（84歳）昭和28年（72歳）昭和40年（60歳）の方々です。おめでとうございます。ご多用の中、誌上の皆様にご協力いただきましたので、ご紹介させていただきます。

**質問内容**

- ① 出身地
- ② 入会の動機
- ③ 趣味は
- ④ 健康の秘訣
- ⑤ 家のお雑煮の味・具？



**大畑 淳一**（桜台）

- ① 福岡県
- ② 白井の梨の仕事がしてみたくてが入会動機



**安田剛太郎**（根）

- ① 千葉県館山市
- ② 動ける内は働く「働かざる者食うべからず」の時代に生まれた宿命か？
- ③ 漢字検定（心）、模型作り（技）、園芸（体）
- ④ 毎日の飲酒とストレッチ運動は欠かさない
- ⑤ 主夫の作る雑煮は門外不出です  
ご想像にお任せします



**安河内克行**（桜台）

- ① 福岡市
- ② 自分に来る仕事があればと思ひ申込み



**下村喜佐男**（清水口）

- ① 三重県鳥羽市
- ② パソコンを当センターで受講中に酒井医療を紹介され
- ③ ゴルフ、球の飛行距離は落ちたがグリーンまわりでカバーしている
- ④ 畑を鋤で耕し気力体力を維持し業務に従事
- ⑤ 畑で作った野菜や鳥羽から届く海の幸の献立



**山中 孝郎**（清水口）

- ① 東京都
- ② 地元密着で活動したいと思いました



**井田 績男**（七次台）

- ① 野田市
- ② 週一、二回の仕事を求めて
- ③ 鳥の飼育・音楽鑑賞



**渡辺 拓**（清水口）

- ① 石川県金沢市
- ② 社会とのつながり
- ③ 囲碁・読書
- ④ 快食・快眠・快便
- ⑤ 醤油ベースで薄味 鶏肉・水菜・白菜・大根・餅



**湯浅 洋一**（根）

- ① 東京都墨田区
- ② 惚け防止
- ③ オーディオ・音楽鑑賞



- ③ 山登りや山スキー等
- ④ 適度な食事と運動、嫌なことは忘れるようにする
- ⑤ 出汁は鳥ガラ・昆布・鰹節、具材は三つ葉・鶏肉・椎茸等々





今井 正己 (けやき台)

- ① 横浜生まれの名古屋育ち
- ② 健康維持と小遣い稼ぎ
- ③ 全く上達しないゴルフ
- ④ 毎日の早朝ウォーキングと平日の剪定作業、大体午前中に終わります
- ⑤ かまぼこ・ホウレン草・鶏肉の関東風あつさり味



宮地 正巳 (池の上)

- ① 横浜市
- ② シルバーゴルフの仲間に入れてもらうため
- ③ 家事支援と少しゴルフトレーニング
- ④ きちんと二食に毎朝のテレビ体操
- ⑤ 元旦は白味噌、二日はすまし(三日はとるるご飯)です



龍野 宏 (桜台)

- ① 市川市
- ② 社会とのつながりを持ちたいから
- ③ 模型飛行機・アマチュア無線
- ④ 模型飛行機を飛ばして遊ぶこと
- ⑤ 醤油味・鶏肉



井田 晃子 (七次台)

- ① 野田市
- ② 短時間の仕事を求めて
- ③ 読書・漢字パズル
- ④ 毎朝の体操と夕方のウォーキング
- ⑤ 鶏肉・煮しいたけ・小松菜・蒲鉾 柚子の醤油味



高橋 剛 (七次台)

- ① 宮城県旧若柳町
- ② 収入(小遣い稼ぎ)
- ③ 今はオーエヌスポーツクラブのグラウンドゴルフと太極拳
- ④ 「貧乏ヒマなし」反省や悔む時間が短く、次々と殆ど忘れる
- ⑤ 田舎の味、鶏肉と干し椎茸、醤油味



池田 ちぐさ (大山口)

- ① 御宿町
- ② 社会参加
- ③ 創作:
- ④ 適度な運動、十分な睡眠と腹八分目の食事を取り、楽しみを持つ
- ⑤ 昆布と鰹の出汁に醤油仕立て 小松菜・鳴門・柚子が入る母の味を今も継承



矢野 善之 (七次台)

- ① ふる里は熊本、昭和35年春の上京、長いけど短い
- ② ③ ④ 農家の出なのでシルバーでは梨摘果や選果場作業の斡旋を頂いて自適としています。市民大学で教わったところのやり甲斐です。
- ⑤ 正月お雑煮は昔の丸餅が良いなあ



## 巳年の皆様の生まれた年にはこんなことがありました

### 昭和16年の出来事

- 【主な出来事】 太平洋戦争開戦
- 【流行語】 月月火水木金金
- 【流行歌】 森の水車、のんき節

### 昭和28年の出来事

- 【主な出来事】 日本テレビが本放送を開始
- 【流行語】 街頭テレビ
- 【流行歌】 津軽のふるさと

### 昭和40年の出来事

- 【主な出来事】 いざなぎ景気
- 【流行語】 アイビールック
- 【流行歌】 君といつまでも



山田 洋 (大山口)

- ① 東京都練馬区
- ② 元気で動けるうちは働きたいと思えました
- ③ 短歌
- ④ 健康だからシルバーでと思っていましたが逆にシルバーを続けることが秘訣かなと思います
- ⑤ 烏ガラ出汁の醤油味、玄米餅が喉に安心です

# 第43回 白井市ふるさとまつり

令和6年10月19日(土)～20日(日)に開催されました、第43回 白井ふるさとまつりに参加致しました。

## アンケートのご協力ありがとうございました

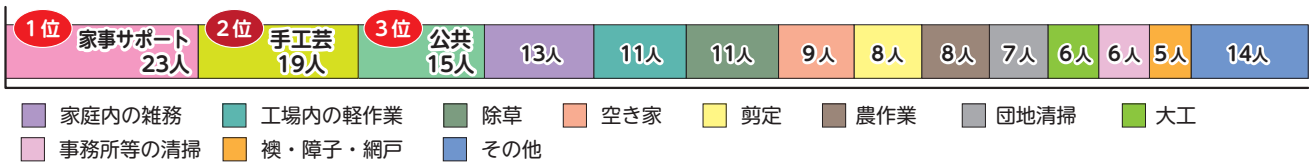


アンケート調査対象者	男性	女性	無回答	合計	59歳以下	60歳以上	無回答	合計
	53	71	8	132	17	108	7	132

### Q1. シルバー人材センターに依頼・期待したい仕事は？ (複数回答)



### Q2. 今、仕事をするとしたら、どのような仕事を希望しますか？ (複数回答)



### Q3. 興味のある講習会は？ (複数回答)



## 女性部会茶話会

### 女性部会初企画の『健康茶話会』

今年度から女性部会が発足しました。現在センターの女性会員は横のつながりが少なく感じられることから、女性部会初企画として女性会員間の親睦と健康増進を兼ねて「健康茶話会」を企画しました。

12月9日(月)に開催された健康茶話会には、20名の会員の方に御参加いただきました。市健康課より講師の方をお招きし、骨密度測定や、健康講話・体操をしました。その後の茶話会では、お菓子やお茶をつまみながら、それぞれの仕事の話や、サークルの話、ゲーム等で盛り上がり楽しい時間を過ごせた2時間でした。スタッフも初めての企画で、不安もいっぱいでしたが皆さんに楽しんでいただけてホッとしております。また次回、楽しい企画で皆様に楽しんでいただけたらと思います。



# 同好会、サークル一覧



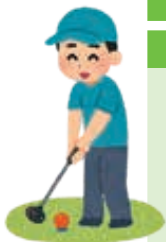
ウォーキング			
活動日時	会員数	代表者	連絡先
第2第4土曜日	16	山田耕三	小早川 090-9968-6370



俳句				
活動日時	活動時間	会員数	代表者	連絡先
第4水曜日	10時30分～ 12時30分	9	植田キクイ	伊東 090-2624-7786 itou271@ybb.ne.jp



ゴルフ			
活動日時	会員数	代表者	連絡先
年4回の競技会	38	渋田伸式 遠藤正雄	渋田 090-2721-3160 shibuta@s.email.ne.jp



パークゴルフ				
活動日時	活動時間	会員数	代表者	連絡先
第2土曜日、 または翌日	9時～12時	5	菅谷一幸	菅谷 090-9832-4940 菊地 090-2176-9712



囲碁				
活動日時	活動時間	会員数	代表者	連絡先
毎週木曜日 福祉センター	12時～16時	6	鈴木康良	鈴木 080-6730-4688 渡部 090-9974-4462



卓球				
活動日時	活動時間	会員数	代表者	連絡先
毎週水曜日 駅前センター	15時～17時	8	森岡 望	森岡 090-5321-3883



カラオケ				
活動日時	活動時間	会員数	代表者	連絡先
第2水曜日 カラオケぼっぼ	12時～16時	15	奥原秀明	奥原 shuumei2828@nifty.com



# 俳句同好会



青空を自由にしだるあまのぼた

笹塚 安藤 俊和

コポポと七草粥やガスコンロ

清水口 伊東 威郎

喜寿の歳和室に掛ける初暦

桜台 伊藤 もよ

白珠に沁む酒の香や小正月

富士 植田きくい

鬼門にも鳥の落とした実南天

大山口 小松 佳子

新年や幽玄求む手談かな

桜台 鈴木 康良

片付かずまた年越しの書類棚

清水口 伴 隆夫

門松や親戚集い遊び食ふ

南山 樋野みち子

時雨くる地球の裏の涙くる

七次台 矢野 善之

## NEW コーナー

## 頭の体操

脳活で目指せ元気な100歳

○の中に文字を入れて単語を作って下さい。アルファベットの文字を並べ替えると、新しい単語が出来ます。

1. チ○ウシ○ウノメイゲ○<sup>F</sup>

3. ○○ブサイト<sup>D</sup>

5. フ○ッ○ユ<sup>B</sup>

2. ○<sup>A</sup>ペレ○タ○

4. ○○<sup>E</sup>コウ

6. シ○<sup>C</sup>ール○ム



A	B	C	D	E	F

(答えはP7)

〈編集・発行〉

公益社団法人  
白井市シルバー人材センター  
広報部会

〒270-1415  
千葉県白井市清戸 765-2  
TEL 047-498-1717  
FAX 047-498-2888  
<https://webc.sjc.ne.jp/shiroi-sjc/index>



### あしがき

明けましておめでとうでございます。今年のお節料理お味は如何だったでしょうか？  
 昨今の物価高に我が家のエンゲル係数は爆上がりである。贅沢をしたい訳では無いが、ウー・アワビ・イクラ・松茸、暫く買っていない。食の今昔と言うか、私くし10歳位まで岩手県海山に近いところに住んでいた。その頃ウニは湯飲み茶わんでジュースのように飲み、アワビは大きなザルに茹でたジャガイモのように置いてあり遊びの途中で3・4個ポケットに入れまた遊びに出かけた。季節になると「またあー」と言いたくなる程サケ・サンマ・イカ・ニシンが出てくる。当然イクラ・カズノコも付いてくる。  
 これら「猫またぎ」品だった。猫も跨いで通る程食べ飽きた日常の食品であり、我が家の犬も喜ばなかった。  
 あの頃「またかよー」と思った食品は、今は贅沢品となりあの頃食べられなかったお肉は今は常食となっている。  
 食の今昔、あの頃が再びやって来るだろうか？  
 (K)