

シルバー

# しずおか

第67号

平成31年4月

センターの会員数  
(平成31年3月31日現在)

項目	総数	男	女
会員総数	2,716	1,679	1,037
東事務所	980	629	351
西事務所	1,736	1,050	686

自主・自立・共働・共助



薩埵峠からの富士山（関連記事9P）

## 目次

表紙（薩埵峠からの富士山・目次）----- 1	会員互助会研修旅行・互助会だより（同好会紹介）---- 8
役員視察報告 ----- 2	ふるさと歴史めぐり（由比）----- 9
委員会の活動状況 ----- 3～5	職場訪問（JAしみず柑橘共選場）----- 10～11
事故発生状況・社会奉仕活動 ----- 6	賛助会員のご紹介 ----- 11
シルバークリニック（サルコペニア）----- 7	事務局だより（人事異動など）----- 12

## 発行 公益社団法人 静岡市シルバー人材センター

本部事務局・東事務所  
〒424-0834  
静岡市清水区浜田町4番4号  
TEL 054(351)1150  
FAX 054(351)1349

西事務所  
〒420-0065  
静岡市葵区新通二丁目4番5号  
TEL 054(252)4150  
FAX 054(252)4160

東事務所蒲原支所  
〒421-3211  
静岡市清水区蒲原新田二丁目16番8号  
TEL 054(385)3545  
FAX 054(340)3757

役員視察報告

岐阜市・豊川市シルバー人材センター

平成30年11月29・30日に理事  
会視察研修を実施した。会員増  
強、就業拡大、独自事業の三点  
を目的として、岐阜市SCと愛  
知県豊川市SCに訪問した。

【岐阜市SC】

岐阜市SCは会員数が3年連  
続で増加している。取り組みと  
しては、当日入会を認めたこ  
と、申込み時の写真不要、押印  
の必要な書類を後日としたこと  
など、入会に際してのハードル  
を下げたことや入会説明会の回  
数を増やしたことで、会員数が  
増えたと考えられる。

◆女性委員会の設置

主な活動は次のとおりである。

①毎月1回、市のコミュニティ  
センターで女性向け入会説明会  
を開催、②平成30年2～3月に  
は全5地区で「女性のつどい」  
を開催。会員外の女性も参加可  
能とし、アクセサリー作り、和  
菓子作り等を催し、入会に繋げ  
る活動も行っている。シルバー  
は男性のイメージが強いため、

女性も生き生きと楽しんでいる  
ことを発信している。③手作り  
シヨップ「ちえぶくろ」を平成  
29年11月にオープンし、毎月20  
万円ほど売り上げ、女性会員が  
ボランティアで運営している。



岐阜市SC ロビーに仕事情報を掲示

◆ポイント制度の実施

会員や就業を紹介するとポイ  
ントが得られ、50ポイント達成  
すると総会時に表彰される制  
度。平成29年度は、紹介されて  
説明会に参加した者が69名、入  
会した者が41名と実績を残して  
いる。

◆会費について

1～3月の新規入会者は、仮  
会員登録とし、会費は次年度分  
を徴収している。年複数回発行  
しているシルバーニュースは仮  
会員にも配布し、就業情報など  
も提供している。

【豊川市SC】

豊川市SCでは、就業開拓等  
研究会の設置、女性部会(女性  
委員会)の設置、総会の工夫な  
どさまざまな方策を実施し、会  
員増加に繋がっている。

◆就業開拓等研究会

平成25年度に会員が855名  
(前年度末)から806名まで  
減少したことで、平成26年度に  
設置した。実施した内容は市役  
所への相談コーナーの設置、空  
き家対策事業など11個の事業を  
実施している。主な内容は次の  
とおり。



豊川市SCにて質問する理事

◆会員紹介カード

会員を紹介すると褒賞品とし  
てごみ袋100枚をプレゼント  
している。紹介による入会は年  
間20～30人である。

◆ゴールド会員制度

就業することは認められない  
がその他の様々なシルバーの活  
動には参加できることとして、  
年会費を通常の2,000円を  
半額の1,000円として会員  
の退会抑制の一助となってい  
る。現在はゴールド会員が40  
50名在籍している。

◆長寿を祝う会

喜寿・米寿の祝い金を以前は  
銀行振込していたが、親睦を深  
めるため会員在籍5年以上で喜  
寿・米寿の会員を集め祝う会を  
催している。女性委員会がお茶  
菓子などを提供し、協力してい  
る。平成30年度は35名の参加が  
あった。

◆総会時のアトラクション

総会終了後のアトラクション  
として、バンドを呼び一般市民  
にも開放して1時間半演奏をし  
てもらい、大変好評を得ている。  
来場者は一般市民を含め600  
～700人にも上る。

◆年会費について

4～12月は通常の2,000円、1～3月は半額の1,000円としたことで、4月まで入会を待つ会員が減り会員増に繋がった。

両センターとも、その他様々な取り組みを行っており、会員増強や運営改善に対する強い姿勢

委員会の活動状況

就業委員会

委員長 望月重明

平成30年度交代者の公募

今年度は、公共関連の募集に加え民間も募集をすることになりました。募集人員は、東事務所では公共6件(6名) 民間は10件(12名)です。西事務所では、公共12件(17名)で、民間は4件(4名)となっています。

この公募にあたり、委員から次の意見をいただきました。

①公募以外の求人情報の「見える化」はできないか。

↓事務所に求人情報の据え置き

勢が感じられた。また、就業だけでなく会員としてのメリットを見出すことに力を入れていた。今回の研修では、当センターの喫緊の課題である会員の増強や就業機会の確保について、有意義な情報を得ることができた。当センターでも取り組みを進めていきたい。

平成30年度交代者公募状況

項目	東事務所	西事務所	合計
期間満了者	18人	21人	39人
公募者数	12人	20人	32人
事業所数	9か所	15か所	24か所
応募者数	23人	120人	143人
辞退者数	2人	22人	24人
面接参加数	21人	98人	119人

やホームページへの記載、会員への求人情報の配布等ができるよう事務局に検討を依頼しました。

②公共の公募が少ないのはなぜか。

↓一度に大勢が交代すると仕事に支障が出るので、順番に交代している等の理由により

会員数拡大と就業拡大

次のような意見がありました。

①会員獲得の方策として、ボランティア活動や同好会活動など就業以外の魅力的な活動の周知や、1人1会員獲得活動を実施したらどうか。

②就業拡大と就業適正化を効果的に進めるために、事業所訪問をして意見交換等をしたらどうか。

③センターのPRにもっと力を入れて、より多くの市民に知ってもらう必要がある。

④事務的な仕事の開拓もして、就業者を増やしていったらどうか。

毎年の課題である会員数と就業の拡大は、先進事例の岐阜市SC・豊川市SCへの役員視察(2P参照)の結果を生かすなどして進め、また、退会会員を少なくする方法についても両市を参考に取入れていきたいと思えます。

会員数を増やし維持するには、「いかに入会したくなるか。いかに入会しやすくするか。いかに長く会員でいてもらうか。」ということが非常に重要なこと

となります。そのためにも魅力あるセンターにしなければなりません。

民間企業等への就業開拓はもろろんのこと、今後は、市からの一層の協力を得て、選挙事務など事務的な就業機会も増やしていきたいと考えています。

この「会員数と就業の拡大」は、尽きることのない課題ですが、いかに組織的に取り組むかが大事であり、会員みなさんにもそのことを理解していただき、協力してくださるようお願いいたします。

総務・広報専門委員会

委員長 青柳清治

全国的なシルバー人材センターの高齢化率の上昇は、当センターも同傾向にあります。

当センター会員の年齢構成は、65歳～75歳代が約75%を占め、平均年齢も72歳となり、年々高齢化が進んでいます。会員数も平成24年の3,290人をピークに減少しています。前年度に引き続き、会員数の拡大を主要課題に協議を進めてまいり

ました。

**①年度未入会者の会費**

年度末(1月～3月)は入会者が減少している。いつ入会しても一律2,000円は年度未入会者にとって就業機会の少ないことと相まって、入会を躊躇してしまっている。入会者が気持ちよく納得でき、入会しやすい会費と徴収方法の策定を進める。

**②ゴールド会員制度**

高齢の退会希望者に、会費が割安なゴールド会員として留まり、就業以外のセンター事業への参加、協力、互助会活動などを通じて活躍していただき、就業しなくとも健康と生きがいを持ち続けていただく。

以上、①、②の課題について、他都市の事例等も調査し、当センターでの早期実現を目指し、検討しています。

**③シルバーのPRについて**

当センターの市民への認知度向上を目指して、平成30年度は前号でもお知らせしたとおりしずつつバス20台にステッカー広告を窓の内外に貼付しました。また、静岡市ごみ収集車に大きなステッカーを葵区2台、清水

区1台に貼付しました。

チラシの配布はイベント会場などで積極的に配布してまいりましたが、30年度も市内自治会、町内会へ回覧用として23,000枚配布。市内全域にわたる当センターの存在が更に認知されればと思います。

様々な広報、啓発活動を行っておりますが、まだまだ不十分でありますので、会員の皆様一人ひとりが宣伝マンとなつていただき、シルバーのPR活動にご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

**管理事業専門委員会**

委員長 平野武志

管理事業は人と接する機会の多い仕事内容であり、人との関わりは挨拶から始まると言います。この言葉を指針として、委員会を運営しています。

去る9月27日に開いた第2回委員会で、平成30年度の駐輪・駐車場管理業務は17事業所162名、施設管理業務は10事業所43名、合計205名が就業しているとの事務局からの報告

がありました。活動計画の取り組みである職場訪問については、昨年までは年3回の現場訪問のみでしたが、30年度からは現場訪問で出た問題等を委員会で総括するため、今年度は年2回の現場訪問と総括会議を行うことと決定しました。

11月22日第1回現場訪問先は、草薙駅周辺の放置自転車指導及び整理業務。桜ヶ丘テニスコートの管理業務。12月18日第2回現場訪問先は静岡駅地区放置自転車等指導・警告業務。東静岡駅放置自転車等指導・警告業務。以上、4か所を訪問。平成31年1月24日の委員会では2回の現場訪問での課題や問題点等について議論しました。

・一つの就業先で複数の交代候補者がいる場合、どうするか。  
↓業務に支障が出ないよう、毎年一人ずつ交代者を募集している。

・熱中症対策として管理事務所のエアコンやトイレの換気扇設置が必要ではないか。  
↓市役所の設備となるので、協議し対応していく。  
このほか、静岡駅地区では放

置自転車が多かつたため、警告用シールの配布を行った結果、数が減ったという報告もありました。

31年度も引き続き、課題解決に向けて取り組んでいきます。

**技能・軽作業専門委員会**

委員長 高橋光秋

現在検討している事項から二点報告いたします。

一点目は、「空家管理対策事業」についてです。

近年の高齢化と人口減少により、各地に空家が増え、地域住民の生活環境に深刻な影響を及ぼしております。このような現状を踏まえ、委員会として仮称「空家管理対策事業」の検討を始めております。

内容は、建物破損の点検や不法投棄の有無を確認し、写真等を添えて報告する業務です。

「空家管理対策事業」は新規事業として、会員の就業機会創出と地域社会への貢献を期待しております。

現在就業している植木剪定班や除草班が、空家管理業務も併



植木の剪定講習会の様子

せて実施することを想定し、料金の設定や、具体的な報告内容を検討していきます。

二点目は、講習会についてです。

現在、年2回、植木の剪定講習会を開催しております。また、昨年は外部から講師を招き「安全・適正就業講習会」を実施しました。

今後作業技術の向上、安全就業の周知、人材育成等を目標に講習会の実施を検討していきます。

**福祉・家事援助専門委員会**

委員長 山田君代

第2回委員会において引き続き

き女性会員拡大について話し合った。この日は目先を変え、委員が入会した経緯や入会後の実体験などの情報交換をした。結果、たくさんの事柄が出たので、今後の委員会では、これまでの意見と情報などを織り交ぜ、今の日本の情勢の中で女性会員をどのようにしたら掴む事ができるのかを引き続き話し合っていきたい。また、この日は、手芸班が定期開催しているロビー展（東事務所1階）に、会員拡大のPRのために福祉・家事援助専門委員会として参加をお願いすることを決めた。

第3回委員会においては、ロビー展への参加の承諾を手芸班から得られたことが伝えられ、委員会として、期間中、でん伝体操のコーナーを設け、一日2回、体操のビデオを流し、そこで来場者とおしゃべりをしながらセンターのPRをしていくことを決めた。

ロビー展開催の宣伝をどのようにしたらよいかも今後の課題で、このロビー展への参加は、委員会として継続的に参加をさせていただき、PR活動をして

いきたい。

次回ロビー展は5月14日(火)から21日(火)に東事務所1階で開催予定。

**安全就業委員会**

委員長 望月 充

**平成30年度活動計画**

- ①安全パトロールの実施
- ②安全関係の講習会開催

平成30年4月の重大事故における今後の対策として、

- ・二連ばしごの原則使用禁止
- ・4メートル以内の樹木に限る受注の徹底
- ・準備を含む作業の高さを4メートル以内に制限
- ・安全就業基準の遵守徹底

以上について決定し、関係会員に周知しました。

8月には、有限会社渡邊組の北川様にお越しいただき、草刈機等の取り扱いについて安全講習会を開催しました。しかしながら、チップソー使用による事故は30年度も起きてしまいました。今一度、安全対策の徹底をお願いいたします。

安全パトロールは11月2日

に日本平動物園で実施。安全チェック票にて安全作業の確認、現場視察にて慣れによる作業をしないよう基本を遵守し、事故防止に努めるよう口頭注意をした。12月28日には、県立総合病院で実施。作業手順等説明を受け、現場視察。自動車、人の動きの激しい現場で安全確保には人一倍注意して作業されていた。

**平成31年度計画**

事故例等の情報を分析し、より見やすく、わかりやすくなるよう、安全作業におけるマニュアルの見直しを行い、事故撲滅に努めてまいります。地球温暖化の影響による夏場の熱中症対策、会員の皆様は睡眠時間をよくとるなど健康管理にも十分留意し、事故の未然防止に努めましょう。

会員一人ひとりが、静岡市シルバー人材センターの基本理念に基づき、安全意識の認識を自覚し、長く就業出来るよう努力していきましょ。

事故発生状況一覧表

(平成30年8月～平成31年2月末)

【①傷害事故 就業中】

件数	性別	年齢	発生日	発生時間	発生場所	事故の状況	傷害の程度
1	男	70	8月3日(金)	11時00分	駿河区豊田	段ボール箱を組立作業中、段ボール専用のホチキスに誤って指を挟んだ。	左手の中指骨折
2	女	72	8月5日(日)	12時30分	葵区末広町	買い物かごの回収後、倉庫へ向かう通路で滑り、転倒した。	左手人差し指骨折
3	男	72	8月6日(月)	11時30分	清水区由比	容器の洗浄作業中、身体がだるくなり、ふらつきだした。	熱中症による脱水症状
4	男	60	8月12日(日)	8時30分	葵区呉服町	炊きあがった米を釜へ移す作業中、米の熱気に体をのけ反らせた際、頭上の換気扇に頭をぶつけた。	頭部切り傷
5	男	76	9月19日(水)	13時30分	清水区駒越西	草刈作業中、養生をするためブルーシートを運んでいる際、幅1mほどの側溝に気付かず転落した。	肋骨骨折
6	男	73	10月19日(金)	8時50分	駿河区登呂	商品の陳列中、高いところの商品を取り替えるため、台車を踏み台にしたところ、台車が動き転倒し、近くにあったテーブルに頭をぶつけた。	頭部切り傷
7	男	63	10月19日(金)	10時50分	駿河区登呂	田んぼのあぜ道を除草作業中、傾斜地に足を踏み込み転倒した。	左足首捻挫
8	男	66	11月29日(木)	11時00分	清水区由比	庭木を切断中、チェーンソーが木に挟まり動かなくなり、木を裏返して外そうとしたところ、誤って左手がチェーンソーに触れた。	左手の平裂傷
9	女	69	12月19日(水)	11時45分	清水区八坂北	踏み台を使用し作業中、足を踏み外し転倒した。	右手首骨折
10	男	70	12月26日(水)	10時30分	清水区日の出町	倉庫内で作業中、ビニールテープの梱包をカッターで開けようとしたところ誤って左手を切った。	右手中指創傷
11	男	72	1月2日(水)	10時00分	駿河区丸子	段ボールナイフを使用し段ボールの解体中、誤って左手に刃を当てた。	左手親指付根創傷
12	男	71	2月5日(火)	11時30分	清水区堀込	ごみの運搬作業中、地面が濡れていたため滑って腰を打った。	腰圧迫骨折

【②傷害事故 就業途上・帰路】

件数	性別	年齢	発生日	発生時間	発生場所	事故の状況	傷害の程度
1	女	72	8月29日(水)	12時30分	清水区上力町	就業先から自転車で帰宅途中、T字路で右側から出てきた乗用車と衝突し、転倒した。	左肩・左ひざ打撲

【③賠償事故】

件数	性別	年齢	発生日	発生時間	発生場所	事故の状況	保険適用について
1	男	73	8月5日(日)	10時30分	駿河区用宗	駐車場で除草作業中、誤って草刈機(チップソー)で石を飛散させ、15m離れた建物の2階部分の窓ガラスを破損させた。	シルバー保険で賠償
2	男	75	8月6日(月)	15時40分	葵区沓谷	一輪車に道具を乗せ管理棟に戻る際、バランスを崩し乗せてあった箒が落ち、駐車してあった来園者の車両のホイール(アルミ)に当たり損傷させた。	シルバー保険で賠償
3	男	73	8月9日(木)	13時30分	駿河区向敷地	駐車場除草作業中、誤って草刈機(チップソー)の刃を駐車してあった車に当ててしまい、後部側のボディに傷をつけた。	シルバー保険で賠償
4	男	67	9月19日(水)	18時30分	葵区建穂	自転車で帰宅途中、信号機のない交差点で横断しようとして停止していた自転車に、ハンドル操作を誤り衝突し、相手の自転車を破損させた。	シルバー保険で賠償
5	女	73	9月25日(火)	17時30分	駿河区小鹿	就業先へ着き、駐車場へ車を止めようとしたところ、ハンドル操作を誤り、壁沿いにあった雨樋に接触し、一部を破損させた。	シルバー保険で賠償
6	男	83	10月1日(月)	11時30分	駿河区光陽町	植木剪定作業中、作業環境を考慮し、発注者へ車の移動をお願いした横に、立てかけてあった脚立が風にあおられて倒れ、車にぶつかった。	シルバー保険で賠償
7	男	80	12月3日(月)	10時30分	清水区蒲原	草刈機(チップソー)を使用して除草作業中、誤って石を飛散させ、付近に停車してあった車の運転席窓ガラスを破損させた。	シルバー保険で賠償

年度別事故発生件数

	傷害事故	賠償事故	交通事故	合計
平成25年度	21件	20件	0件	41件
平成26年度	19件	14件	0件	33件
平成27年度	19件	15件	0件	34件
平成28年度	18件	7件	0件	25件
平成29年度	23件	12件	0件	35件
平成30年度(2月末現在)	21件	8件	0件	29件



平成30年度 社会奉仕活動

	地区名	実施日	実施場所	奉仕内容	人数
1	藁科羽鳥	6. 3	葵区 静岡市立服織児童会館	除草、清掃	19
2	西 奈	8. 26	葵区 梶原山山頂公園	草刈り、除草、清掃	6
3	麻 機	10. 6	葵区 七曲川側道	草刈り、除草	14
4	富士見	10. 8	駿河区 登呂遺跡公園	清 掃	10
5	岡	10. 20	清水区 月見公園	除草、清掃	8
6	不二見	11. 11	清水区 静岡市立清水不二見小学校	草刈り	7
7	安 東	12. 2	葵区 城北公園	清 掃	16
8	三 保	12. 21	清水区 御穂神社	除草、植木剪定、清掃	14
9	飯田東・飯田西	12. 23	清水区 高橋東公園	除草、清掃	16
10	辻・江尻・入江	2. 17	清水区 J R清水駅東口周辺	除草、清掃	22
11	手芸班(東事務所)	6月～10月	清水区 清水高部東小学校	クラブ活動(手芸)講師全7回	延70



人生100年時代が提唱され、また現実的にも100歳を超える方が多くなってきました。すなわち、定年後何十年も生きる時代となり、寝たきりではなく毎日元気に過ごさなければなりません。そのためには、体の活動性を維持し、人生の最後まで『足、腰を強くして過ごす』ことの重要性が改めて唱えられております。筋力と筋量並びに関節の動きを正常に維持するよう心掛けることが大切です。

最近、「サルコペニア」という言葉を聞いたことはありますか。「サルコ」とは筋肉、「ペニア」とは少ない、減少という意味の言葉です。すなわち、色々な原因により筋力、筋量が減少してしまい、身体の活動性が低下してしまった病態をサル

コペニアと称します。サルコペニアについてその原因による分類としては表のとおりです。

原因によるサルコペニアの分類

分類	原因
一次性サルコペニア 加齢性サルコペニア	加齢以外に原因がないもの
二次性サルコペニア 身体活動性サルコペニア	過剰な安静、運動しない生活、廃用性、無重力など
疾患性サルコペニア	活動できない重症疾患、悪性腫瘍、炎症疾患など
栄養性サルコペニア	栄養吸収障害など

診断としては、筋量の測定法で色々なものが開発されつつありますが、簡便な方法としては、BMI(※)18・5未満もしくは下腿周囲の長さが30cm未満をもって筋量減少と判定され得ることになっております。

また、歩く速さで推定するものとしては歩行速度が0・8m/秒以下、握力での判定としては男性25kg以下、女性20kg未満(65歳以上)でサルコペニアの頻度が高くなるとされています。

す。この判定に入る方は、筋力や関節力強化の体操を開始し、かつ毎日続けることが必要です。

地域包括ケアなどを通してデイサービス、デイケア、通所リハビリなど利用されたらよいでしょう。また地域のラジオ体操、自治会館などでの「でん伝体操」などに積極的に参加されるのも良いと思います。

運動の習慣としては1回30分以上、最低週2回以上、そして1年間以上継続することが必要です。散歩としては1日で男性7,000歩、女性5,900歩程度を目標に、15分以上の散歩が必要ですよ。

このような運動を継続されますと関節、筋肉の改善のみならず、運動の効果として体脂肪率の減少(2・4%)、冠動脈疾患の減少(6・5%)、高血圧症の減少(1・7%)、糖尿病、血糖値の低下(3・2%)をもたせると報告されております。逆に筋力低下、関節可動性の低下は移動能力、歩行力の低下、転倒の危険性の増大、生活上の質の低下を生じ、ひいては内臓機

能の低下を生じてきます。

現在、サルコペニアに対しての有効な薬物は存在しないので、日頃より適切な運動を心掛け、たんぱく質などの栄養もしっかりとり、筋力を維持するよう努力することが必要です。

それらが生じる原因としては年齢に伴う筋組織の変化が挙げられます。すなわち、筋肉繊維には長時間収縮が可能な1型筋繊維(遅筋繊維)と瞬発的な収縮を担う2型筋繊維(速筋繊維)があります。加齢に伴い2型筋繊維の減少と筋組織内への脂肪組織の浸潤を生じ残った2型筋繊維も1型筋繊維に変形していくため、瞬発力に働く2型筋繊維が減少し高齢者は瞬発力を要する立ち上がりや階段の上り下りの力が減少してきます。

筋力、関節機能を維持して、元気に100歳まで生きましよう!!

(※) BMIとは、体重と身長の関係から肥満度を示す体格指数。体重(kg)÷身長(m)×身長(m)の計算式で22の時に最も病気になるにいいといわれている。

# 会員互助会 〜日帰り研修旅行〜

## 熱田神宮と 名古屋城 本丸御殿

編集委員 富士俊明

暖かな気候がやつと平年並みの気温になり、今日11月15日は、雲一つない秋晴れです。

清水駅東口ロータリーを7時半に出発。駿府城跡観光バス駐車場で西事務所管内の会員を乗せ、40人満員で出発、草薙神剣をまつる「熱田神宮」へ。11時の予定を少し過ぎての到着。名古屋市シルバー人材センターボランティアガイドの会員が迎えに来てくれた。

3班に分かれ、西門をくぐり、手水舎で心身を清め、本宮へ。



ボランティアガイドの説明に聞き入る会員

三種の神器の一つ「草薙神剣」(天叢雲剣)ともいう)は、日本武尊が敵の放った炎に囲まれた際、この剣で草を薙ぎ払い身を救ったことから命名されたといわれており、静岡の草薙の名の由来でもある。

ボランティアガイドの皆さんに1時間ほど説明を受け、その後はテレビ塔近くの昼食処「囲み屋」で名古屋名物のひつまぶし。桶の中には細く切ったうなぎが入っており、しゃもじで4等分する。1膳目、2膳目、3膳目と食べ方を変え、最後はお気に入りの食べ方で。とてもおいしくいただいた。

そして名古屋城本丸御殿へ。日本を代表する近世書院造、室内は山水花鳥などを画材とした障壁画や飾金具などで絢爛豪華に飾られていた。10年に及ぶ復元計画で、平成30年6月8日に完成公開された。平日にも関わらず、多くの見学者が列をなしていた。また、本丸の南東隅に焼けずに昔のままある辰巳櫓には、時間が足りず途中で断念する。15時20分城内パーキングより帰路に就く。

かけ足の研修旅行でしたが、皆さん満面に見えました。



名古屋城を後ろに

## 互助会だより

### 麻雀クラブ

長田南地区 後藤 隆

創部9年目に入りました。スタート時は2卓8人で葵区中町の静岡市職員会館娯楽室で活動を行っていました。

4年ほど前からは西事務所近くの麻雀荘「あの字」で5卓20人(女性2人。平均年齢75歳)毎週水曜日11時〜17時で5回戦ワイワイガヤガヤ賑々しくプレイを楽しんでいます。ここではあと1卓4人が限界です。これ以上の入部申し込み者があれば、次の手を考えます。

「ボケ防止、コミュニケーションチャンス」を求めて仲間が集っています。

## 静岡市の食を楽しむ会

葵地区 中村 翹

おいしい食事をしたい。工夫して実際に作ってみたいなど、会員同士が親睦を深めつつサークル活動に取り組んでいます。主な活動は年3〜4回の料理教室(アイセル21食工房)での静岡の地産地消の食事会。そして年度の締めくくりは3月初旬頃の美和桜を眺めながらのお花見会です。

おかげさまで8年目に入りますが、男女合わせて20名弱。笑顔で健康的に楽しく活動しています。静岡の食の魅力を感じながら、一緒に楽しむ会に楽しいひと時を、と思っと思っています。



食を楽しむ会の活動風景





由比町は、平成20年11月に静岡市と合併、10周年を迎えた。

低山間地と駿河湾に面した住居、商店が密集し、東西に細長い地域に区分される。この狭い町内を東名高速道路、国道1号線、JR東海道線、旧東海道、県道396号線が引きも切らず行き来する交通の要所でもある。

■由比の生い立ち■

北側三方の低山を背に、南全面が海に開けた地勢となっている。温暖な気候は、海山の幸に恵まれ、縄文、弥生時代には平地で稲作も行われており、すでに古代人の存在が遺跡の発掘調査によって推測されている。

以後、大和朝廷、奈良、平安時代には、由比地域各所に古墳が造られている。発掘した室ヶ谷古墳群第1号古墳からは、<sup>かぶつちのたち</sup>頭椎太刀（反りのない直刀状）が出土、他に馬具に付ける飾り金具なども出土している。

本光寺周辺では、発掘調査した順に番号を付け、4か所で古墳が発見、調査されている。

■社寺の建立■

686年町屋原に稲荷神社が創建された。その後、稲荷神社を浅間の神に祭神替えし豊積神社となっている。鎌倉時代文保元年（1317）由比大五郎光高が正法寺を開基する。以後町内各所に神社、寺院が造営され、人々の信仰と地域の絆を深めてきたのではないかと思われる。

■東海道五十三次由比(由井)宿■

江戸から数えて由比宿は16番目の宿場になる。宿場の中心部に位置する本陣は、大名、公家、勅使など貴人が宿泊する施設であって、一般の旅籠屋には許されない門、玄関、上段の間などを備え、広壮で格式の高さがあった。本陣の現存する施設として「馬の水呑場」がある表門の左側、道路に沿って幅1メートル、長さ20メートルの水路状



本陣の石垣と馬の水呑場

の濠は、大名行列の馬に水を吞ませたり、身体を洗ったりした場所、この様な立派な施設のある本陣は、他にないと考えられている。ほかに、脇本陣、旅籠屋、民家が街道に建ち並び、現在でも当時の名残りを町内のあちこちに見ることが出来る。

■由比の語源■

「ユヒ」の語源は定かではなく、辞典によると、結ぶ、結うこと、交わることなどいろいろある。南北朝時代の和歌に、「ゆい」の言葉を正法寺参道に見る、碑文には「残り田は 十代にすぎじ 明日はただ ゆひもやとはで 早苗とりてん」説明文には「残り田はあと十枚ばかりだから雇人をせずに田植えをしよう」との意味で、「ゆひ」の語源は遠い昔から使われていた言葉で、仕事の協同、協力、交換の意味に使われ、農業や漁業の仲間同士によって日常的にユイ、ユエ、ユフ、イイなど発音は異なっても、全国で今でも使われている。

先人の尊い互助精神が、いつしか地名になったとも考えられる。漢字では、油井、由井、湯

井、湯日、遊井などとあったが、明治以降現在の「由比」の表記となった。

■桜えび漁■

明治27年12月、2人の漁師が富士川尻で網を下ろそうとしたところ、網に付ける浮樽を忘れてきたので仕方なく、浮き無しで網を下ろしたところ、びっくりするほどたくさん桜えびが入ったことが、桜えび産地の産声となった。以来、漁法と流通販売の改善が行われ、全国的に知名度を上げ由比の特産業になった。しかし近年の不漁続きで昨年の秋漁は休漁している。不漁の原因調査と対策が関係者によってされていますが、早く不漁の原因が解消され、以前のような活気ある由比漁港の桜えび漁が待ち遠しいところです。



正法寺参道の石碑

## 職場訪問

### JASしみず柑橘共選場

静岡市は温暖な気候や長い日照時間のおかげで、年間を通じて様々な農産物があります。

今回訪問させていただいたのは、清水区庵原にあるJASしみず柑橘共選場です。訪問した1月末はインフルエンザが猛威を奮っており、就業中の会員も数名インフルエンザで休まれている状況でした。

こちらでは、10名の会員が5名ずつの2グループになって就業しています。前述のとおり、休みの方がいるため、この日は4人で作業をしていました。

地元の農家の方が共選場に運



んできたみかんがコンテナに入っており、それを選別機にかけて、大ききごとに分け



られたコンテナをパレットに積むところまでが作業内容となっています。みかんのコンテナを選別機にかける人、選別される前に腐っているものを取り除く人、大きさに分けられたコンテナを運ぶ人、とそれぞれ作業を分担して行っています。一日あたりコンテナ288個分(1つ20キロ弱)の選別が目標です。今年には秋に雨が少なかったため天候に恵まれたため、甘いみかんがたくさん出来たそうです。そのため、昨年は1月ひと月の作業でしたが、今年は2月初旬まで続くそうです。

選別機にかけられるみかんは加工用で、5種類に分けられます。選別された缶詰用みかんは、九州の加工場に輸送されます。昔は地元の加工場があったそう

ですが、現在は果物の加工場はないとのこと。編集委員は静岡で加工まで行っていると思っていたので、驚きました。

JASしみず職員の杉山さんに、シルバー会員について伺いました。「皆さん真面目に仕事をしてくださり、大変助かってます。コンテナが重たいので運ぶときは必ず2人で行うことや、冬場の寒い倉庫内の作業のため、無理せずやってくださいと話しています。」と会員への温かな気遣いをしてくださり、仕事ぶりも好評のようでした。

また、「JASしみずで直接雇っている方も他の部門にはいますが、人手不足でまだまだシルバーさんをお願いしたい仕事はあります」とシルバーへの要望もいただきましたので、今後引き続きお仕事をいただけるよう、事務局にも頑張ってもらいたいと思います。

10名の会員は、男性8名、女性2名。元々農作業を経験されている方が多いようです。取材時に伺った会員の皆さんは、揃って体力的にも単発の仕事が良いと話されていました。2月は

ゆつくり休んで、3月からは茶畑の草取りに行くという方もいました。元気の源は、趣味のマジック、卓球(シニア大会にも出るそうです)、家庭菜園や、草薙の龍勢作りなどの自治会活動と、おのおの仕事以外にも生きがいを持って活動されている様子が伺えました。



会員の取材後、別の倉庫で行われていた機械による選別作業を見学させていただきました。

人の手が必要な作業もあります。選別から出荷まで、ほとんどが機械操作によるものだと知り、大変興味深いものでした。庵原のみかんが頑張っている



電話：0120-3221064  
 (火曜定休。祝日の場合は開店)

3313の1

住所：静岡市清水区庵原町

清水の農産品や名産品を集めたアンテナショップ『きらり』が清水区庵原町にあります。清水の魅力伝えたい！そんな思いから誕生したこのお店。清水にお越しの際は、足を運んでみてはいかがでしょうか。

**アンテナショップ『きらり』**

ことや、会員の皆さんが明るく和気あいあいと仕事をされ、こちらが元気をいただいた取材でした。ありがとうございました。  
 (編集委員 富士俊明、山下孝恵)

**賛助会員のご紹介**

シルバー人材センター事業にご支援いただいている企業の皆様です。  
 今後とも、よろしく願い申し上げます。

- はごろもフーズ株式会社
- 鈴与株式会社
- 清水農業協同組合
- 株式会社清水銀行
- 株式会社静岡銀行 清水支店
- 大和製罐株式会社 清水工場
- レンゴー株式会社 清水工場
- 株式会社天野回漕店
- 静岡商工会議所
- 日本ケミカル工業株式会社
- 天幸興業株式会社
- 株式会社ムラマツコーポレーション
- 有限会社ほていや商事
- 株式会社コウノ
- 清文堂
- 中央観光トラベル株式会社
- 株式会社シバタ工機
- 丸大食品株式会社 中日本特販営業課

(登録順・敬称略)

**賛助会員とは……**

センター事業の目的や趣旨にご賛同いただける企業・個人どなたでもご入会いただけます。詳しくは、本部事務局までお問い合わせください。

〈電話〉351-1150

事務局だより

人事異動

◆採用(平成30年10月1日付)

東事務所

非常勤嘱託員 塩坂巳奈子

本部事務局

非常勤嘱託員 渡瀬 啓子

◆採用(平成30年11月1日付)

本部事務局

次長兼東事務所長 杉山 浩敏

◆退職(平成31年3月31日付)

本部事務局

事務局長 西山 祐一

(常務理事は6月総会まで)

東事務所

就業機会創出員 赤堀 憲史

西事務所

就業機会創出員 寺田 正樹

◆採用(平成31年4月1日付)

本部事務局

事務局長 一木 賀文

西事務所

嘱託員 榊原 康博

東事務所

就業機会創出員 鴨狩 秀明

西事務所

就業機会創出員 飯塚 伸一

県民栄誉賞筆耕業務

昨年、ノーベル生理学・医学賞を受賞された静岡県公立大学法人顧問で京都大の本庶佑特別教授が、県民栄誉賞を受賞されました。当センターでは、受賞の際の表彰状筆耕業務を静岡県よりお受けいたしました。

ノーベル物理学賞を受賞された天野浩教授に続き、県民栄誉賞の賞状筆耕を受けさせていた



県民栄誉賞の表彰状

次の総会

令和元年6月21日(金) 午後1時30分から  
グランシップ中ホール・大地

総会は会員の重要な事項を決める大切な大会です。多くの会員の出席をお願いします。

いただいたことは誠に光栄なことであり、シルバー人材センター会員の確かな技術を認めていただいていることに、感謝申し上げます。これも、筆耕業務に携わる会員の努力の賜物です。このたび、県の了承をいただき、広報誌及びホームページに掲載させていただきます。

みなとまち清水  
美化ウォーキングを  
開催しました

平成31年3月27日にJR清水駅東口から清水マリンターミナルの間を、ごみ拾いをしながらウォーキングを行いました。当日は、大型客船「ぱしふいっくびいなす」が入港しており、多くの方で賑わっておりました。昨年度に引き続き開催した美化ウォーキングは、会員以外の方にもご参加いただき、シルバーのPRをさせていただきました。今後も、皆様が気軽に参加できる活動を続けてまいりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

年会費の納入をお願いします

〈正会員会費〉 2,000円

〈互助会会費〉 500円

3月に就業のあった方

4月16日(火)支払いの配分金より31年度会費を差し引かせていただきますのでご了承ください。

3月に就業の無かった方

4月中旬に圧着ハガキで会費の振込用紙を発送しました。払込はお近くのコンビニエンスストアをご利用ください。

★納入期限は4月末日です

継続の変更やご不明な点等ございましたら、至急センターへご連絡ください。派遣就業中の方は、給与からの差し引きが出来ません。払込用紙で会費の納入をお願いいたします。

配分金支払日のお知らせ

『就業報告書』は作業終了後速やかに提出してください。振込先の変更を希望される方はセンターへご連絡ください。

就業月	配分金支払日
4月分	5月20日(月)
5月分	6月17日(月)
6月分	7月16日(火)
7月分	8月15日(木)
8月分	9月17日(火)
9月分	10月15日(火)