



川面に桜が映える東川緑地公園 (河東町・令和4年4月)

ご案内



公益社団法人

周南市シルバー人材センター

定時総会

日時 令和5年5月26日(金)

午後1時から

場所 周南市文化会館大ホール

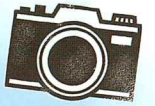
周南市公園区5854-41

※場所等は変更される場合があります
P6の行事予定をご参照ください



昨年の総会。3年続けて規模を縮小して開催しました。

カメラルポ



令和4年度

主な出来事

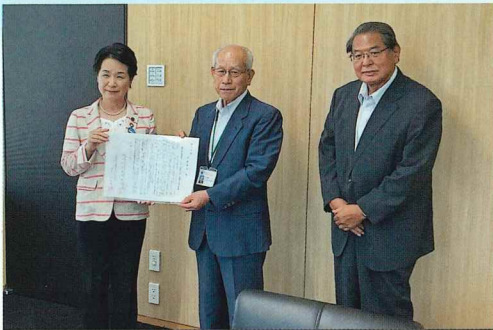
少しづつ戻ってきました

令和4年度は、依然コロナ感染症の影響はあったものの、皆様のご尽力により業務は概ね順調に推移し、事業活動も少しづつ回復に向かいました。

P6に今年度の主な行事予定を掲載しています。全体での総会や親睦旅行が予定通り開催され、会員の交流と絆が一層深まることを願っています。

2022(令和4)年度 主な活動

- 5月 令和4年度定時総会
- 8月 市長・市議会議員に要望書を提出
- 8～9月 いきいきレディスサロン、女性の集い
- 9～10月 安全パトロール
- 10月 地域班長・役員合同会議
- // 県シルバーフェスティバルに参加
- 11～1月 各地でボランティア清掃
- 2月 安全推進大会
- 3月 榎浜小学校ボランティア



8月・市長、市議会議員にセンターの支援を要望



5月・4年度も総会は規模を縮小して



9月・安全パトロールで就業の安全を確認



10月・県シルバーフェスティバルに参加



11月～3月・各地区でボランティア清掃・剪定活動



全員で「安全宣言」を唱和しました

事故0を目指して

安全推進大会

会員約70人が参加して、3年ぶりの安全推進大会が2月24日、周南地域地場産業振興センターで開催されました。

大会では最初に周南警察署より高齢者の交通事故防止や道路交通法の改正により4月から努力義務となる自転車でのヘルメット着用等について講話をいただきました。

続けてセンター業務での事故事例や安全パトロールの結果等について報告があり、最後に、「安全大会宣言」を全員で唱和して、事故0への誓いを新たにしました。



会員・池永さん

ラジオで語る

仕事の楽しさ



池永博さん

毎週日曜夕方5時からのKRY山口放送のラジオ番組「ヤスベエの人生100歳満点」。タレント・ヤスベエと大谷泰彦さんが高齢者に元気を届ける情報番組ですが、1月には当センター会員の池永博さん（本部）が出演され、センターでの仕事について大いに語っていただきました。山口放送のご協力により、放送を要約し再現してみました。誌上ですが耳を傾けてみてください。

▼今日は「周南市シルバー人材センター」会員の池永博さんにお越しいただきました。仕事の現状とか詳しく伺いしてみよう。まずプロフィールをご紹介します。池永さんは現在72歳。小学校の教員として37年間お勤めの後、教育委員や文化振興財団理事などを歴任されました。

趣味は音楽ということで、トラペット演奏でジャズバンド等で活動され、教員時代は小学校の吹奏楽部やマーチングバンドを指導されました。最初に、どんなきっかけでセンターの会員になられたのでしょうか？

池永 委員や理事の退任後、健康面とかで不安が大きくなりました。何かしないと、と考えていた時、昔何回か卒業証書の作成をシルバーに依頼していたことを思い出しまして、自分も賞状書きとかやってみたいの思いもありましたので、入会させていただきました。なるほど。教員時代に依頼されたご経験があったんですね。池永 ちなみに、やってみたくて書や賞状書きの依頼はまだ一度もありませんが・・・。(笑)

▼えーその仕事はまだなんですかね。チャンスがあるといいですね。ところで初めての仕事は、小学校音楽祭での駐車場案内だったと聞いて聞きましたか？

池永 十年前に主催者として関わった音楽祭が初仕事でびっくりしましたが同時に大変嬉しかったです。残念ながら子供達の生の演奏を聴くことは出来ませんでした。我が子や孫の晴れ姿を見に来られた多くの保護者と接することができましたし、以前から知り合いの教育関係の方々にも新しい仕事の披露が出来ました。

▼偶然とは言え、良かったですね。その後はどんなお仕事を？

池永 多いのは文化会館の駐車場案内とかマンションの管理人ですね。そのほか動物園休園日の日直、児童クラブ補助員などです。

仕事は元気のもと

▼いろいろなお仕事をされてきて、どんなことを感じていらっしやいますか？

池永 多くの人と触れ合ってお話が出来ますし、自分の体力にあった仕事を紹介してもらえますので運動不足の解消にもなります。お小遣いも出来ますし。「仕事がある」ことは元気にもつながりますね。



山口放送で収録しました（左・池永さん 右・ヤスベエさん）

▼楽しんでお仕事をされていますね。素晴らしいです。今後やってみたい仕事はありますか？

池永 これまでで経験したことのない仕事を紹介していただいて楽しんでやらせてもらっているのが現状です。でも満足しています。

▼池永さんは本当に楽しく、生き生きとお仕事されているなあということが伝わってきますね。趣味も充実してますます羨ましいです。池永さん、今日は貴重なお話、ありがとうございます。今後もお元気で楽しく働いてください。

池永 ありがとうございます。

の広場

先日 徳地で 河村 泰子



先日、徳地に知人を訪ねた。その帰り道、かねてより気がかりであった月輪寺薬師堂を訪れてみた。376号線を利用すると、誰の目にも入る標識があるが、いつも大急ぎで走り去り、立ち寄ることは無かった。

駐車場に車を停めると、左手に本堂につながる坂道、右手に薬師堂につながる石段がある。本堂は日当たりよく、駐車場からすぐ左上に見えるが、その本堂とは打って変わって、薬師堂があるといわれる場所は登る石段の両脇が木々に囲まれ、お堂自体は鬱蒼とした森の中にあるイメージだ。

徳地は場所柄、森林資源に恵まれていることは想像に難くないが、平安時代末！何と！驚くことなかれ！直径1・5m以上！高さ30m以上！の巨木が百本以上も！切り出されたそうなの！！

薬師堂の由来としては、飛鳥時代、聖徳太子が鹿野の地にお堂を建てられ、薬師如来像をおつくりになった（今から千三百年以上前）、という。その後五百年以上を経た平安末期、奈良東大寺再建の用材調達のため周防に派遣された重源上人が、鹿野の荒廃した薬師堂をご覧になって、この徳地の地に再建されたのだそうだ。

駐車場から右手の森の石段を上りきると、奥まで続く石畳の参拝道の真正面に、茅葺としてはとても大きな屋根の木造建築が迎えてくれる。それが薬師堂だ。徳地はこんな素晴らしい土地なのだ！と感動した！それ迄は、徳地といえば、仁保からの通過地、徳山の奥地（スミマゼン！）、徳地の中心はどこ？程度であったが、薬師堂を訪れて以来、徳地は格別の地のように思えてきた。この建物は聖徳太子が建てられたものと同じ構造なのかな？と、素人の私は思った。そして、この前の屋根の葺き替えはいつ頃？まさか！もしや！重源上人の時代そのまま！そんなの有り！？など、勝手に想

像して楽しかった。よくよくみると、最後の葺き替えは平成30年に行われたそうなの。そのようにして維持管理が行われるから、今の感動の薬師堂があるのだな。太子が手になる薬師如来は秘仏として厨子にましますそうでお目にかかることはできなかった。お唱えの言葉は「オンコロコロセンダリマトウギソワカ」



どなたにもお勧めしたい薬師堂であるが、シルバーとなった私たち世代には特にお勧めのスポットです、何故なら「特に目や耳の病に靈験あらたか」との説明が書いてございましたので。



人生のたそがれ

藤井 俊右

私がこの世に生を受け死に至るまでの長い道のり今 私が生きている所を日々の流れに置き換える「たそがれ」と言うのだから薄暗くなった夕暮れ時遠くが見えにくい不安な心に似ている物事が終わったわけではない高齢と言う通過点に立っている大きく道を踏み外すこともなくひたすらここまで歩いて地道に生きてきた

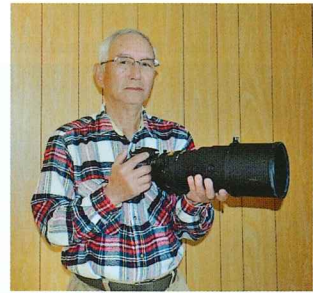
先を考えず 今日を楽しもう

ぼやき

また一つ 歳を重ねて初日の出今年も元気でポチポチ行こう
老いの歩幅は 狭いもの
あせてみても仕方ない
人の話が聞きづらい
ぼやけてかすみ見えにくい
聞いた話をすぐ忘れ
メモを取ったがどこえやら
体 動かさず 口だけ達者
邪魔にされてもまだまだ生きる
老いて楽しい 日々好日なり

みんな

メジロを撮る 村田 明



本来バードウォッチング派ではないが、梅や河津桜などが春を待っていたかの様に一斉に咲き出す。そこには必ずと言っていい程メジロが集まってくる。メジロは目元が可愛いのでどうしても見とれてしまう。

県内での河津桜の撮影は、主に萩、防府、上関、笠戸島方面に通っている。

この鳥はとにかくジットしてこないのです、本当にカメラマン？泣かせである。しかも望遠レンズで追うので、300mmレンズでは画角が80度位しかなく大変である。カワセミみたいにじっとしていてくれる鳥なら、三脚を使って、少々重いレンズでも何ら問題ないが、メジロみたいに数秒で動き廻る鳥は三脚

が使えない。しかも枝の多い木の中なので、オートフォーカス（自動焦点）を使うとどうしても目（アイキャッチ）にピントが合わせにくい。マニュアル操作になる。

また早いシャッターが必要なのでどうしても口径の大きいレンズを使いたくなる。そうすると重量がドッシリとして年齢的に長時間手持ち撮影が厳しくなる。はじめは300mm F2.8を使っているが何しろ重量（4kg）には勝てなくなり、数時間もすると耐えられず口径の小さいレンズに代える。そうすると早いシャッターを切れなくて、本当に泣ける場所である。

参考までに、メジロを撮るには、河津桜が咲き始めの時がまだおいしい蜜が取り合いで、チヤンスが多い。満開になると、あちこちに行ってしまう探すのに苦労することがある。

私は高齢者なので、シルバークリの仕事、趣味の畑作り、登山ばかりに集中してはなく、重いレンズをかかえる為には筋力トレーニングが必要かと自問自答している。



小学生から苦勞様の言葉

駐車場案内業務を週末・年末年始・盆等に就業しています。

正月の寒い日、お客様が多く駐車場も渋滞していました。そんな中で、車から降りた親子連れの小学校低学年位の女の子が、私の前に立ち「お仕事ご苦勞様です」ときちんと頭を下げ、挨拶をしてくれました。

とても感激し、また1年頑張ろう！と思いました。

就業会員H

第4回衛生委員会 带状疱疹 治療は早く！

2月17日開催した第4回「衛生委員会」の議題は「転倒事故の報告」と「健康だより」。「いきがい」とともに配布している「健康だより」の今回のテーマは「带状疱疹」です。

带状疱疹は体の免疫力が低下した時に発症しますが、その低下の要因は加齢や疲労、ストレスなどごく日常的事。まだまだ元気だと思っても発症することがあるかもしれせんし、治った後も何か月も何年も痛みが残ることがあります。

できるだけ早く治療を始めウイルスを抑えることが重要です。併せて事務局からお願いです。安全就業のためには、体の状態を良く知り病

気や事故の予防と健康の維持に努めることが何より大切です。

自分の健康を守るため毎年必ず健康診断を受けましょう。





街かど

スケッチ



大道理の芝桜

レンジで作るいちご大福

【材料 (6個分)】

- いちご…………… 6個
- 白餡…………… 200g
- 白玉粉…………… 90g
- 上白糖…………… 40g
- 水…………… 100ml
- 片栗粉…………… 大さじ3




【作り方】

- ①白餡を6等分して苺を包む
- ②耐熱容器に白玉粉・上白糖を入れ混ぜ、水を加えて良くかき混ぜる
- ③ラップをかけ600Wのレンジで2分加熱、よくかき混ぜ、再度ラップをして600Wのレンジで1分30秒加熱、良くかき混ぜる
- ④片栗粉を広げたバットに③を乗せ、生地を広げて6等分して①を包む



年間スケジュール予定表

2023 (令和5) 年度

月日	行事名等	備考
毎月	入会説明会 本部 南陽支部 熊毛出張所 鹿野出張所	第1・3火曜日 10時～ 第3水曜日 10時～ 第3木曜日 10時～ 第3木曜日 10時～
6月から毎月	入会説明会案内 徳山ハローワーク	第3金曜日 8時30分～
5月26日	センター定時総会	周南市文化会館
6月	いきいきレディースサロン	南陽地区
9月、10月	女性の集い	徳山・南陽地区
10月15日	会員親睦旅行 	長門方面 (話題の絶景ポイントと人気のドライブコース) ※詳細は調整中
10月	地域班長役員合同会議	場所未定
11月	いきいきレディースサロン 各地区懇談会	熊毛地区 地区ごとに開催
12月～	鹿野地区ボランティア清掃 富田地区ボランティア清掃 福川地区ボランティア清掃 徳山地区ボランティア清掃 和田地区ボランティア清掃 熊毛地区ボランティア清掃 戸田地区ボランティア清掃	実施日未定 ※徳山地区は第2金曜日
2月	安全推進大会	場所未定
3月	ボランティア剪定	剪定班で実施

行事予定は今後、コロナの感染状況や市の行事等により、中止もしくは変更されることがあります。

その都度、「いきがい」、ホームページその他でお知らせいたします。

いきいきレディースサロン 女性の集い

いきいきレディースサロンを6月に南陽地区、11月に熊毛地区にて開催予定です。
女性の集いは9月に本部、10月に南陽地区の開催を予定しています。

刃もの研ぎ

センターでは、刃もの研ぎの就業の担い手を探しています。刃もの研ぎの技術をお持ちの方は、事務局までお声掛け下さい。

編集後記

春到来!! 満開の桜を見上げるのは、これで何回目だろうか? はて? はて? コロナも少しずつ治まり、今月号のいきがいも皆様のご協力により、いろいろな話題を掲載することで完了でき、全員でホッと、花見に出掛けたくくなります。

その前にイチゴ大福の作り方を紹介しましたので、お花見のお供にいかがでしょうか。(談) 簡単に、美味しく出来る! そうです。