

ふれあい

仕事がある 仲間がいる 出会いがある

春号



vol. 126

令和6年5月20日



東福寺白藤 撮影：大矢 正義会員

草加市シルバー人材センター

公式LINEアカウントを作りました。

こちらのQRコードを読み取って是非友だち登録して下さい！



Smile to Smile 講習会 もやっています。

気になる方はセンターまで問い合わせ下さい。

- 令和6年度第41回定時総会開催案内 (2P)
- 令和6年度親睦会「結の会」総会開催案内 (2P)
- 事務局運営体制 (2P)
- 安全くん・安心ちゃん / 安全標語大募集 (3P)
- 子ども食堂「結び」活動報告 / 女子会開催案内 (4P)
- 健康長寿メニュー (5P)

- アクティブシニア紹介 (6P)
 - ふれあいクイズ ※回答者募集 (7P)
 - 読者からの声コーナー ※感想投稿募集 (7P)
 - 結の会活動報告 (8P)
- 「新春のつどい開催報告」

令和6年度 第41回定時総会開催



日時

令和6年6月21日(金)
午後1時30分～3時30分

定時総会終了後、速やかに親睦会
「結の会」総会を開催します。

会場

中央公民館(ホール)
草加市住吉2-9-1

令和6年度
親睦会「結の会」総会開催

日時

令和6年6月21日(金)
午後3時30分～4時30分

会場

中央公民館(ホール)
草加市住吉2-9-1

今年度も「書面による議決権行使」や「代理人による議決権行使(委任状)」を用いた方法で、総会を実施することとなりました。会員の皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

※詳細については、6月上旬に郵送いたします開催通知及び議案書等の資料をご確認下さい。



全国シルバー人材センター事業協会との人事交流終了

全国シルバー人材センター事業協会との人事交流が令和6年3月31日をもって終了いたしました。

帰任のご挨拶



箱崎 壮登
(職員)

全シ協での1年間の経験を無駄にしないよう、これからの草加市SCでの業務に精進して参ります。事務所などで見かけた際には、またお気軽に声をかけていただけますと幸いです。どうぞよろしくお願いたします。

退職のご挨拶



高荷 実咲
(職員)

1年間お世話になりました、本当にありがとうございました。皆様がいキイキとご活躍する姿は、とつても素敵です！たくさん元気をいただきました。最後にりますが、皆様のご健康と益々のご活躍を心よりお祈り申し上げます。

新任のご挨拶



眞田 誠也
(職員)

4月1日から草加市シルバー人材センターでお世話になっております。

センターの職員になれた喜びと緊張で胸がいっぱいでしたが、先輩方から優しくご指導いただき少しずつ安心に変わっております。一日も早く一人前の職員として、会員・地域の皆様のお力になれるようまた、日々安心して仕事をやっていただけるよう、精一杯努力してまいります。

どうぞよろしくお願いたします。

臨時職員退職者

正源 寺陽子



業務担当 電話対応 請負契約更新事務
業担 派遣事務サポート

請負や派遣業務の事務全般をサポートしていただきました。臨時職員として、ご尽力いただきありがとうございます。

職員担当業務のお知らせ

【新井次長】
担当 事業部会
請負業務統括
カルチャー教室
のびのびすく青柳・旭町

【入倉主任】
担当 ふれあい編集会議
経理事務、文書管理

【箱崎主任】
担当 安全推進会議
児童クラブ事業運営

【加藤主任】
担当 総務部会
PR推進会議
派遣衛生委員会
公共業務、派遣事業
獨協大学
デジタル化推進

【岡田専門員】
担当 安全・適正就業部会
地域連携、営業・渉外
植木・除草・配布業務
子ども食堂
よさこい銀翔

【赤木主任】
担当 女性部会
生活支援推進会議
生活支援サービス統括
介護保険サービス
やすらぎ支援

【眞田主事】
担当 ふれあい編集会議
新会員研修会
入会説明会
施設クリーン

令和5年度 事故発生状況報告

令和5年4月1日から令和6年3月31日までの事故発生状況です。傷害事故、賠償事故ともに大幅に増加しました。特に自転車の走行中の事故が9件と多くなっています。時間に余裕を持って、夜間は慣れた道を走行しましょう。

■傷害事故 24件 (12件) ※カッコ内は令和4年度の数

発生		内容 (件数)		仕事内容		性別	
就業中の事故	14件 (8件)	転倒	4件 (3)	子育て支援	5件 (1)	男	13人 (5)
		激突	0件 (1)	軽作業	2件 (1)		
		墜落・転落	0件 (2)	清掃	3件 (4)		
		虫刺され	2件 (0)	駐車・駐輪場管理	3件 (1)		
		動作の反動、無理な動作	1件 (1)	都市公園クリーン	3件 (1)		
		接触	0件 (1)	配布	0件 (1)		
		その他	7件 (0)	生活支援	1件 (2)		
行き帰りの事故	10件 (4件)	転倒	1件 (0)	植木	2件 (0)	女	11人 (7)
		自転車走行中	9件 (4)	施設管理	3件 (0)		
		その他	0件 (0)	派遣事業	1件 (1)		
				スーパー	1件 (0)		

■賠償事故 12件 (5件) ※カッコ内は令和4年度の数

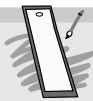
発生		内容 (件数)		仕事内容		性別	
就業中の事故	12件 (5件)	飛散させた物で損壊	1件 (0)	軽作業	1件 (1)	男	11人 (3)
		落下させた物で損壊	2件 (0)	清掃	3件 (1)		
		その他の損壊	9件 (5)	スーパー作業	1件 (0)		
				都市公園クリーン	4件 (0)	女	1人 (2)
				生活支援	1件 (1)		
				植木	1件 (1)		
				襖・障子・網戸	0件 (1)		
				子育て支援	1件 (0)		

安全くん・安全ちゃん

コーナー

安全・適正

就業部会



安全衛生標語 大募集

7月の「シルバー安全就業月間」に向けて安全に関する標語を募集します。



テーマ ※1人3作品まで

- ★安全就業に関すること
- ★適正就業に関すること
- ★健康に関すること



今年も上記のテーマで標語を募集します。奮ってご応募ください

〈賞〉最優秀賞1点・優秀賞2点・奨励賞3点
 〈発表〉令和6年度定時総会(6月21日(金))にて発表(豪華賞品を進呈)

◆募集方法

センターまで持参、郵送又はFAX
 住 所：〒340-0021 草加市手代2-17-17
 F A X：048-928-9209(事務担当 岡田宛て)

◆締 切

令和6年5月31日(金) 必着

◆そのほかの注意点

- ・個人単位で応募してください。
- ・作品は未発表のもので、他作品のコピーは応募できません。
- ・入賞作品及び応募された作品は令和6年度安全活動に活用させていただきます。
- ・シルバー会員登録をしている方のみを選考対象とします。

令和5年度の安全巡回は22回行い、熱中症予防対策56箇所、屋内作業(工場、スーパー、児童クラブ等)73箇所、計129箇所の巡回を実施しました。就業環境の確認及び安全に配慮した作業ができています。かチエックし、安全に関する啓発を行いました。



安全巡回活動

- 田口 恵子 理事(議長)
- 目崎 春治 理事(部会長)
- 山品 洋子 理事
- 石関 謙三 植木グループ
- 河合 裕哉 植木グループ
- 山田 孝雄 都市公園クリーン
- 風野 信雄 都市公園クリーン
- 庄司 利廣 清掃業務
- 高橋 利雄 工場軽作業
- 菊地 康夫 配布グループ
- 柏山 武 駐輪業務
- 小菅 美代 生活支援サービス
- 斉藤 秀幸 子育て支援(児童クラブ)
- 金川 裕江 施設管理
- 保科 信一 スーパー作業

令和6年度

安全推進委員が
決まりました

子ども食堂「結び」活動報告

新型コロナウイルス感染予防対策として、お弁当での配布を行っております。

第42回

ちらし寿司

開催日:
1月23日(火)

利用者:
子ども 71人
大人 46人
合計 117人



獨協大学生はテスト期間中のため欠席
ボランティア 14人

第43回

チキンライス&
鶏肉と豆腐のまり揚げ

開催日:
2月27日(火)

利用者:
子ども 79人
大人 47人
合計 126人



獨協大学生 1人
ボランティア 15人

第44回

太巻き

開催日:
3月26日(火)

利用者:
子ども 65人
大人 40人
合計 105人



獨協大学生 1人
ボランティア 17人

皆様からのたくさんのご寄付 ありがとうございます!

- ・ケンタッキー東川口店様(チキン)
- ・栃木県三上町農家の梁島様(かんぴょう)
- ・栃木市大関様(かんぴょうと切干大根)
- ・光明寺様(お菓子)
- ・であいの森佐藤様(新鮮野菜)
- ・野菜で子どもを育て隊様(新鮮野菜)
- ・草加市農家の大熊様(小松菜)
- ・草加市郡山様(新鮮野菜)
- ・草加市射場様(玄米)
- ・草加市藤原様(ちくわと海苔)



一緒に活動してくれる方 集まれー! 子ども食堂ボランティア協力会員 大募集!

活動に関心のある方ぜひ見学に来てくださいね。

ご家庭に余っている食材は、ございませんか?

子ども食堂「結び」では、ご家庭であまった食材の寄付をお願いしております。
皆さまから寄付いただいた食材を活用し調理しております。

寄付していただきたい食材

- 賞味期限が設定されている場合2ヶ月以上の余裕があるもの
- 未開封で常温保存ができるもの(調味料、お米、お菓子など)

お受けできない食材

- ×賞味期限がきれているもの
- ×生肉、生魚
- ×開封されているもの
- ×アルコール類

問い合わせ ☎ 048 - 928 - 9211 (事務局まで)

チャリティーよさこい in 草加 ～能登半島地震による震災復興支援～

草加よさこい振興会主催のイベントに「銀翔」も参加しました。県内外から多くのチームが参加し会場を盛り上げました。皆様からいただいた寄付金261,372円を山川市長にお渡ししました。

「銀翔」
踊りまくり!
シルバーを
PRI!!



開催日 3月17日(日)
開催場所 松原団地記念公園



女子会 参加者募集

第1弾

歌声ひろば

開催日時 7月18日(木)
14時00分～16時00分

会場 草加市文化会館第1会議室

参加者 40名

ピアノにあわせて
楽しい時間を
一緒に



..... 事前申込制

申込み先:048-928-9211(事務局まで)

健康長寿メニュー

～朝食で太りにくい体を作る～

健康食の会
管理栄養士
山口千砂都

健康食の会ホームページ：
<https://kenkousyokunokai.amebaownd.com/>




どんな朝食にするか

- ① 脳のエネルギーを補給するための**ごはんやパン**などのでんぷん質を多く含む食品
- ② 体温を上げるため**肉、魚、卵、大豆**などのたんぱく質を多く含む食品
- ③ 体に活力をつけるため**野菜や果物**などのビタミンとミネラルを多く含む食品

朝食づくりのコツ

- 前日について仕込みをしておく
- 市販品を活用する
- できるだけ火を使わない(電子レンジ加熱)
- 一皿で主食・主菜・副菜をそろえる
- 具たくさん汁物を用意



～ツナキャベツ～ のつけトースト



- ★材料1人分★
- 食パン……………1枚
 - ツナ缶……………1缶
 - コーン……………大さじ1
 - せん切りキャベツ……………50g
 - トマト……………1個
 - A ケチャップ……………大さじ2
 - オリブオイル……………大さじ1/2
 - ピザ用チーズ……………20g

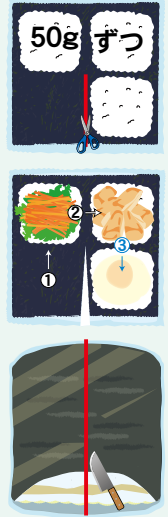
- ① せん切りキャベツを電子レンジ600Wで1分加熱する。
- ② トマトを1cm角切りにし、Aと合わせ、電子レンジ600Wで3分加熱する。
- ③ 食パンに、②を大さじ3のせ、①のキャベツ、ツナ、コーン、チーズをのせ、焼き色がつくまでトースターで焼く。

おかずいらず おにぎらず



- ★材料1人分★
- ごはん……………150g(茶碗1杯分)
 - サラダチキン……………1/3パック(または厚切りハム)
 - 卵……………1個
 - 油……………適量
 - にんじん……………先端3cm
 - レタス……………1/2枚
 - 焼き海苔……………1枚

- ① フライパンを熱し、油をひいて卵を落とし、両面焼きの目玉焼きを作る。
- ② にんじんは千切りにし、電子レンジ600Wで1分加熱する。
- ③ 焼き海苔の中央まで1か所切り込みを入れ、海苔より一回り大きいラップの上のせる。
- ④ ご飯を50gずつ右のように広げ、具をのせる。
- ⑤ ①→②→③の順に折りたたみ、ラップでぎゅっと包む
- ⑥ 中央を包丁で切り、断面を見せて盛り付ける。



レンジで作る 豆腐と豆乳のスープ



- ★材料1人分★
- 豆腐……………小1/4丁
 - 豆乳……………100cc
 - にら……………1本
 - キャベツ……………小1枚
 - まいたけ……………1/6パック
 - 麵つゆ(3倍濃縮)……………大さじ1/2
 - ラー油……………適量

- ① 豆腐は2cm角に切り、にらは2cm長さで切る。キャベツは短冊切りにし、まいたけはほぐす。
- ② 大き目のスープカップにキャベツ、まいたけ、豆腐、にら、豆乳の順に入れ、電子レンジ600Wで4分加熱する。
- ③ 麵つゆを加え混ぜ、ラー油を垂らす。

アクティブシニア

多方面で活躍する
シルバー会員



【スーパーかご・カート整理グループ】



ほしな しんいち
保科 信一
【入会日】
平成23年12月21日

草加市シルバー人材センターでは、スーパーマーケットでの買い物かごやカートの回収・整理などの業務も行っています。今回のアクティブシニアでは、スーパーベルクス草加青柳店において活動されているグループのリーダー保科信一さんに、仕事に対する心がけなどについて伺いました。

保科さんは、平成23年にセンターに入会され、間もなく青柳店の就業を紹介され、7年前からグループリーダーとして活動を続けています。仕事の内容は、買い物かごやカートの回収・整理をはじめとして、食品の

トレイやレシートなどのごみの回収などで、日々の業務は、8名(女性1名)の体制により、開店時の9時〜13時、13時〜17時、17時〜21時の4時間1名、3交代勤務をローテーションとし、日曜日や売り出し日は2名で対応しています。就業者1名あたりの勤務日は平均月15日とのこと。

リーダーとして心がけていることは、「食品スーパーですから、身だしなみは当然のことですが、お客様には不快な思いをさせないような態度で接することが一番大事で、常に笑顔であること、かごやカートの回収の時には、お客様に失礼のないようなタイミングで声掛けをするように、みんなの意識を共有しています。」と述べています。この姿勢が評価されて、お客様の投

書欄には、シルバーの皆さんは、いつも笑顔で、気遣いが感じられ、優しく声掛けなど、よく仕事のできる人達」との賞賛の声が寄せられています。

保科さんのプロフィール

「店が年中無休のため就業日は不規則ですが、余暇には、美術館巡りや、旅行を楽しんでいます。」とのこと。

【生活支援サービスグループ】



わたなべ みつえ
渡辺 三恵
【入会日】
令和5年1月18日

渡辺三恵さんは、シルバー人材センターに、昨年(令和5年)の1月に入会され、以来生活支援サービスグループに所属し、活動1年余が経ちましたので、この就業

での経験や感想についてお話を伺いました。

生活支援サービスは、日常の家庭生活に欠かせない食事作りや掃除、買い物などいわゆる生活をささえ援助するという仕事で、高齢者や体調がすぐれない方々などのお手伝い役として、昨今ますます重要性が高まっています。

現在は、3人の方を担当しています。一人について1時間から2時間家事援助をし、時には1日に2〜3人を訪ねることがあり、概ね1週間に2〜3日勤務しているとのこと。なお、利用者の方は継続サービスとなつているので、お一人について2人のスタッフで支援しています。

この仕事を始めたきつかけについて、「病気療養の後に、社会との関わりを持ちたいと考えていたところ、シルバーのチラシを見て入会しました。フルでの仕事には自信が持てなかったが、この生活支援はかつて

介護の仕事をしていたことと、シルバーの一步踏み出す勇気のメッセージに背中を押されて、仕事をするこたになりました。今は働けたことを嬉しく思っています。利用者さんは、親の世代なので人生経験が豊富で、尊敬でき気持ちよく仕事が出来て、感謝の言葉をいただき、やりがいを感じています。一人暮らしの方もいて、できる限り力になれるように努力してゆきたいと思っています。」と話してくださいました。

渡辺さんのプロフィール

パッチワークが趣味で、かれこれ20〜30年続けているそうです。これからも健康に気を付けて、仕事と趣味を楽しんでゆきたいとのこと。

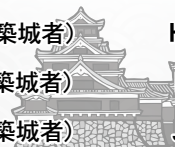


第65回ふれあいクイズ



こんにちは！今回は、絆のポストで、リクエストのあったお城の問題ですがいつもとは少し出題の形式が変わっています。問題は二つのブロックに分かれていて答えは（A～J）の中から選んでください。答えの書き方はいつもと同じです。（例1-A）という書き方です。同じお城でも呼び名で呼ばれたり、その地域独特の呼び方があったりします。お城と呼び名を結んでください。二つめのブロックはそのお城を造った人は誰でしょう？という問題です。全部で五問ずつ十問あります。こたえも（A～J）で十個です。どれが当てはまるか探してみてください。なるほど！と思うことがあるかもしれません。全部答えがわかった人はぜひ応募してみてください。図書カードが当たるかもしれません。締め切り日に間に合うように、送ってくださいね。楽しみに待っています。

- | | |
|--------------|---------------|
| ① 会津若松城(呼び名) | A. 銀杏城 |
| ② 姫路城(呼び名) | B. 鯉城 |
| ③ 彦根城(呼び名) | C. 鶴ヶ城 |
| ④ 熊本城(呼び名) | D. 白鷺城 |
| ⑤ 広島城(呼び名) | E. 金亀城 |
| ⑥ 江戸城(築城者) | F. 織田信長の叔父・信康 |
| ⑦ 上田城(築城者) | G. 加藤清正 |
| ⑧ 熊本城(築城者) | H. 徳川家康 |
| ⑨ 岡山城(築城者) | I. 真田昌幸 |
| ⑩ 犬山城(築城者) | J. 宇喜多秀家 |



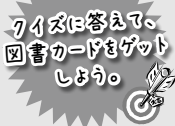
第65回クイズの答え

- ①E ②I ③F ④A ⑤H ⑥B ⑦J
⑧D ⑨G ⑩C

訂正；第65回ふれあいクイズに誤りがありました。
(誤) 宮澤たけし → (正) 富澤たけし

正解者の中から厳正なる抽選で10名様に**図書カード(1000円分)**を呈します。郵便はがきに答えと住所、氏名、「ふれあい」に関する感想などご記入の上**6月20日までに**「シルバー人材センターふれあいクイズ係」までお送りください。尚、当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきますのでご了承下さい。

応募先 〒340-0021 草加市手代 2-17-17



読者からの声コーナー

新春号へのご意見・ご感想ありがとうございました。こちらでその一部を紹介いたします。

「ふれあいクイズ」毎回楽しみにしています。問題考えるのは大変だと思いますが、待っていますのでガンバッテ下さい。(谷口会員)

いつも楽しいクイズありがとうございます。今回のクイズは割と簡単に答えがわかりました。難しいクイズも楽しみです。いろいろ調べてみるのもいいものだと思います。今回のクイズは、コンビ・カップルがテーマということで10問までなるほどというカップル・コンビがありました。ポウリング大会参加したかったのですが、用事があり参加希望出せず残念でした。又企画をお願いします。(池田会員)

市長が提唱されている「だれもが幸せなまち」の実現に向けて、登録会員の皆さまの力の結集が何よりです。ふれあい会報を通じて私も力をいただいています。共に頑張りましょう。(山森会員)

ふれあい新春号届きました。昨年10月にはセンター設立40周年に参列し時の流れを感じました。クイズは楽しみながら、頭の体操でチャレンジしています。又長寿メニューのミネストローネも作ってみました。いろいろ野菜が沢山とれていいですね。美味しくいただきました。(長田会員)

「健康長寿メニュー」のれんこんの中華和え、れんこんは好きなのですが、煮物にするくらいで、このレシピだと薄くスライスするので食べやすそうでも参考になりました。他の材料も安価なので助かります。他のメニューも野菜がたくさんとれそうですね。(蒲公英さん)

40年余の公務を終え、急速なICTの進歩から置いてゆかれる不安が募り、シルバー人材センターのお世話になりました。趣味を楽しむ仕事に充実を覚え、熟年として生き生きと日々を送っているセンター会員と出会いました。「仲間とのつながり」「人の役に立ち達成感がある」シルバー人材センターで仕事をいろいろと学びました。これからも宜しくお願いします。ありがとうございます。(羽鳥会員)

初めて、ふれあいクイズに応募してみました。(村田会員)

第4回ポウリング大会出ました。25～6年やっていませんでしたが、自信がありました。残念20位以内にも入りませんでした。皆様のうまさに脱帽次回頑張ります。(大櫃会員)

「ふれあい」会報編集者の皆様いつも編集から会報作製、そして配達おつかれさまで。一時の憩いの時間をこの「ふれあい」で感じます。(松井会員)

ふれあい新春号が届き、特にクイズを毎回楽しく拝読している私です。公式LINEアカウントとそれに今度はSmile to Smileがスタート。センターからの重要な情報があり、スマホにて閲覧することが出来てすばらしいです。又表紙の大矢正義会員の夜明けの矢立橋がすばらしいですね。(笹沼会員)

会報ふれあい毎回楽しみです。表紙の写真どの回もすばらしいです。いつも見慣れている矢立橋ですが、夜明けですと写真のようにすばらしく写るのですね。(蓮沼会員)

草加市長と理事等との懇談会で要望として出された第2児童クラブの運営場所については、子ども達の登室までの安全を考えると学校内教室が必須条件だと思います。今後も市と話し合いを重ね、子ども達にとっても保護者にとっても条件がよいようにしていってほしいと思います。理事が取り組んでいることも「ふれあい」の中で伝えていただくと、活動内容が伝わりやすいと思います。(石塚会員)



編集後記

令和5年度は草加市シルバー人材センターにとって、設立40周年の節目の年でした。記念事業として令和5年5月に小学校クリーンボランティアを市内3校で行いました。10月には設立40周年式典を開催しました。同じ10月にシルバープロギングを獨協大学の学生とコラボして行いました。小学校でのクリーンボランティアとシルバープロギング、また子ども食堂「結び」の活動は、1月の月刊シルバー人材センターに掲載されました。令和6年度もボランティア活動等で、センターのPRに努めます。

“よさこい怒涛のイベント出演”まさに良いネーミングだと思います。皆さんの凄いパワーに圧倒されます。私も頑張ります。(星野会員)

季刊を楽しみにしています。クイズ応募で当選時は、図書券は孫へのプレゼント。ささやかな生きがいにもなり「仲間」のつながりにも感謝です。(北林会員)

今回は内容が豊富で読み応えがありました。皆元気で活躍していますね(笹戸会員)



令和6年2月17日(土)アコスホールにて、199名の参加者で開催しました。
 第1部の式典では、(結の会)大矢副会長のあいさつに続き、山川草加市長、白石市議会議員、黄川田衆議院議員、シルバー人材センター田口理事長より祝辞を頂き、全員で草加市歌「想い出はいつも」を合唱しました。
 第2部では、ボーカルシニア混声合唱、M5+(エムファイブ・プラス)、あさひカラオケ、ふれあいカラオケ、詩吟、琴松会(大正琴)、会員のすばらしい歌と演奏を聴きました。最後の演目はよさこい「銀翔」演舞でした。その後は、お楽しみ大抽選会で会場は大いに盛り上がりました。



活動報告

一. 役員会 第9回 1月9日

- 新春のつどい詳細確認
- 当日までのタイムスケジュール
- 会場設営協力者依頼
- 団体での参加申し込み依頼
- 出演団体代表者打合せ

二. 役員会 第10回 2月13日

- 新春のつどい最終確認
- 令和6年度事業計画・予算(案)の説明
- レクリエーション新企画検討

三. 役員会 第11回 3月12日

- 新春のつどい収支報告
- 令和6年度事業計画・予算(案)協議
- 総会までの役員会予定