

諏訪市シルバーだより



第92号

発行 令和5年1月1日
 公益社団 諏訪市シルバー
 法人 人材センター
 郵便番号 392-0021
 所在地 諏訪市上川
 一丁目1516番5号
 Tel: 0266-57-1388
 Fax: 0266-57-1386

<https://webc.sjc.ne.jp/suwa/index>
 スマホからのホームページ
 閲覧はこちらから。



2023年 元旦

新春を迎えて



理事長
平林 正孝

明けましておめでとうございます。会員の皆様にはご家族お揃いで健康やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

さて、昨年を振り返ってみますと、一月早々、コロナウイルス感染の第6波に見舞われ、その後の第7波、第8波と一年中コロナウイルスに振り回されました。

また、ウクライナ情勢や急速な円安により食料品やガソリンなどの物価上昇があり、この厳しい流れはまだまだ続きそうです。

こうした中、当センターの業績は、一昨年契約金額、会員数共にそれぞれ過去最高の数字を残すことができました。次年度若干心配していましたが、お陰様で順調に推移しており、昨年十一月末現在、契約金額一億四千九百万円(前年度比千三百万円増)、会員数三五五名(三名増)となっております。

人生一〇〇年時代を迎え、働く意欲のある高齢者に就業機会を提供し、活力ある高齢社会の創造と地域社会の発展を目指すセンターの役割は益々大きなものとなっております。

本年も、事業計画の重点事業になつていく会員の増強、就業機会の拡大等に積極的に取り組んでまいります。会員の皆様並びに関係各位のご支援ご協力を宜しくお願い申し上げます。

結びに、会員の皆様のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。新年のご挨拶いたします。

新年ごあいさつ



諏訪市長
金子ゆかり

「磨けば更に輝く 魅力の架け橋
・ 高原湖畔都市へ」

令和五年の新春を寿ぎ、謹んで
ご祝詞を申し上げます。皆様には、
すがすがしい初春を新たな希望と
期待のなかで迎えられたこととお
慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、コロナ
感染症が猛威を振るう中でありま
したが、諏訪地方では関係者の皆
様の様々な工夫とご努力により、
七年に一度の大祭「諏訪大社式年
造営御柱大祭」が催行され、この祭
りを契機に諏訪地方に活気が戻り
始めたように感じます。秋の小宮
祭もそれぞれに人々が集い、地域
やご縁を結ぶ人々の絆はこうした
祭りを通して築かれていくことを
改めて深く感じた一年となりました。
千三百年以上も続くこの伝統
も、長老から若者へと六年毎に引
き継がれてきた文化と技術と精神
が繋いできたものであり、高齢者
の皆さんの存在は大変貴重であり
ます。

長寿社会が拡大する現代におい
て、高齢であっても健康を維持し
ながら生きがいを出し、仕事を
とおして社会への貢献も実現する
ことは、個人にとっても社会にと
っても、大変価値ある活動です。諏
訪市シルバー人材センター様に
おかれましては、この活動を法人と
して支え、大きな使命をもって永
年に亘り、多大なご貢献を果たし
てこられました。このことは理事
長をはじめとする歴代の役員、会
員、関係の皆様のためまぬ努力の
賜物であり、日ごろからのご尽力
に深く敬意と感謝を申し上げます。
本年は、私にとりましては、いよ
いよ市長就任二期目の締め括りを
迎えますのでマニフェストに掲げ
ました公約を総括し、その成果を
振り返るとともに、磨けば輝く諏
訪市の多くの素材を大切に、今年
こそはコロナ禍を脱却し、「魅力の
架け橋―高原湖畔都市」を目指し、
全力で邁進したいと考えておりま
す。皆様の引き続きのご指導と支
援を賜りますよう宜しくお願い申
し上げます。

シルバー人材センターの皆様
健康長寿とご活躍を祈念申し上げ、
本年が皆様にとって幸多き素晴ら
しい一年となりますよう、また貴
センターの一層のご発展をお祈り
し、年頭のご挨拶といたします。

《兎年雑感》

四字熟語に「^{エンモクト}鷹目兔耳」(トビの目、ウサギの耳)と言われる言葉があります。トビは遠くのものを見つ
け出す、ウサギはわずかな音も聞き漏らさないと意。今の時代デジタル技術の進化により、いろいろ
な情報がいっぱいありすぎ、見分ける・聞き分ける能力が弱いと生活するのに事欠く時代です。

また兎は“跳ねる”特徴があることから株価が跳ね上がる、景気が上向きに跳ねる、など縁起の良い動
物として大切にされてきました。

しかし、昨今はどうでしょうか。物価は跳ね上がり、医療保険料や医療費が跳ね上がり、縁起をかつぐど
ころではありませんね!!

兎年の皆さん**今年が良い年でありますように……**何とかしてくださいな。

兎年生まれの方々から今年の抱負をお聴きました

これからをさらに充実させて

七班 立石 平林重夫さん

新年明けましておめでとうござ
います。

慌ただしい日々が続いておりま
すがいかがお過ごしでしょうか
いますか？

私は会社を退職して今年で12
年が経ちました。

その間に父母を見送りその後は
自由な生活をしております。

6度目の年男を迎える今年も引き
続きシニアテニスクラブでラケッ
トを振り回し、ペタンク場では鉄
球を投げつつ、シルバー人材セン
ターの仕事に励んでいます。



今後とも変わらぬご厚誼を賜り
たく存じます。

新しい年を迎えるにあたり、お
仲間の皆様方のご多幸をお祈り申
し上げます。

令和5年

元旦

役職員新年ご挨拶

昨年はお世話になりました。

会員の皆様にはコロナ禍の中、就業にご協力いただき、お陰様で安定した事業運営ができたことに、役職員一同心から感謝しております。

新しい年もさらなる事業発展のために尽力してまいります。

会員の皆様には新しい年も安全にご留意いただき、元気に就業いただきますようお願いいたします。

今年もよろしくお願いたします。



役職員一同



5班 大手 山中喜久人さん
健康で楽しい一年を心がける。



1班 湯の脇 岩本和夫さん
散歩を一日の日課として取り入れ、健康生活を送れるように頑張りたい。

役員・会員・職員の趣味や特技を 紹介します



「読書通帳」に既読本の履歴を記録保存。

一年の計は元旦にあり



業務担当
柴田 静夫

会員の皆様、新年あけましておめでとうございます。本年も宜しくお願いいたします。

今回の寄稿は、この広報誌「浮城」に余白があるので何か記載してほしいと事務所の女性人からむりやり押し付けられた次第です。私は現役引退後、毎年年間目標を1月の初旬に作成し自分の部屋に掲示しています。

現役時代は業務目標シートを作成していましたが、引退後は何も無いので自分で年間目標を作り、百分達成するようにがんばっています。令和4年度は、①守屋山 登山5回 ②読書 年間12冊 ③貯金〇〇円と3項目の目標を立てました。①②は百分達成し、③は60%位の達成率となりました。

同じようなことを身近に見聞きしたり経験したりした人も多いのではないのでしょうか？私の近くにも残念ながら存在します。ですが、最後は必ず正義が勝ちます。そうあってほしいと強く望みます。シルバーの事務所に本を置いてありますので是非一読して感動を覚えて頂きたいと思っております。



感銘を受けた「鉄の骨」を紹介して頂きました。

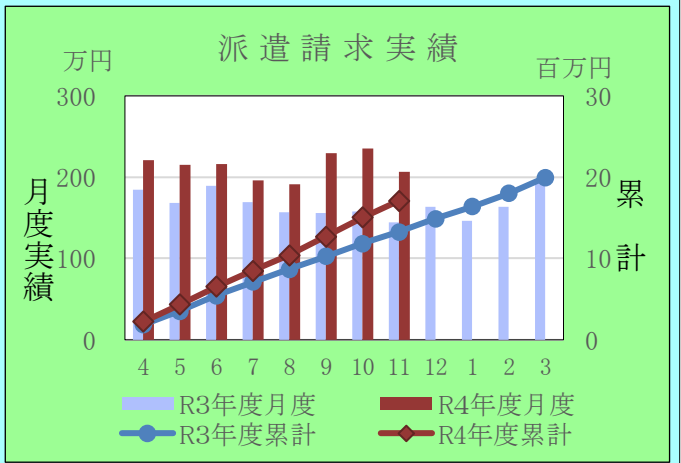
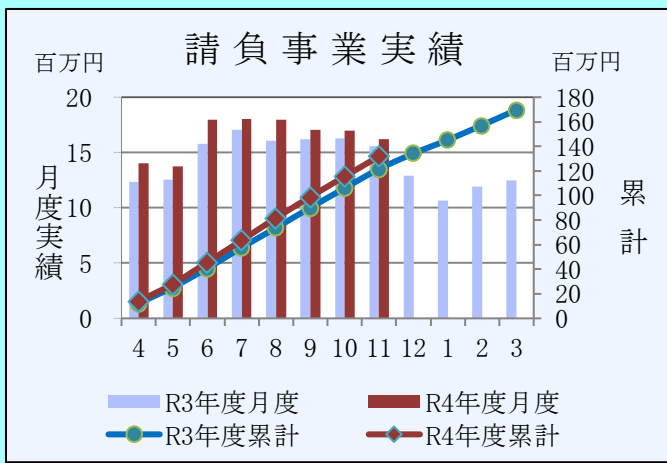
さて、②読書ですが令和4年度は14冊読みました。読んだ本のタイトル・作者・感想を「読書通帳」に全て記載しています。昨年の14冊の中で大変面白く感動した1冊をご紹介します。本のタイトル「鉄の骨」、作者は「池井戸 潤」、六五八ページと長編ですが、どんな先に進める本です。内容は、中堅ゼネコンの話で建設現場上がりの若手社員が大口公共事業の「受注部署」に移動し、技術を武器に真正面から入札に挑もうとしますが「談合」の壁が立ち上がり立ちます。悪い政治家や裏金を受け取る会社の幹部等が登場しますが、最後は正しい行動をとった社員が生き残ります。

3年間の4月～11月の就業実績比較

区分	R2/(4~11)	R3/(4~11)	R4/(4~11)	R3/R2比	R4/R3比
会員数	317人	338人	355人	107%	105%
就業延人員	請負	23,633人	24,969人	106%	102%
	派遣	1,197人	2,396人	200%	128%
	計	24,830人	27,365人	110%	104%
実人員就業率	70%	67.8%	62.5%	97p	92p
受託件数/総契約金額(千円)					
公共	260/31,828	235/26,925	231/26,145	90%/85%	98%/97%
民間事業	595/63,311	610/70,791	618/81,220	103%/112%	101%/115%
一般家庭	1,050/20,521	1,148/24,061	1,200/24,574	109%/117%	105%/102%
請負小計	1,905/115,661	1,993/121,777	2,049/131,939	105%/104%	103%/108%
派遣事業計	10/6,832	14/13,274	10/17,105	140%/194%	71%/129%
合計	1,915/122,492	2,007/135,051	2,059/149,044	105%/110%	103%/110%

コメント: 会員数は11月時点で過去最高の会員数となった昨年度より17人増と増加が続いています。契約金額についても、請負・派遣とも増加幅は減少していますが、過去最高を記録した昨年度より増加しています。年度末には、初の20,000万円越えを予想しております。長引くコロナ禍ではありますが、会員はじめ職員、発注者様のご協力により好調を維持できているのだと思います。今後もさらなる実績向上を目指してまいります。

令和4年度(4-11月)主要指標月別実績報告



すっきり爽やか 健康体操を実施



令和4年10月7日(金)駅前交流テラスすわっチャオで、令和4年度厚生労働省委託事業「高齢者活躍人材確保成事業の入会説明会を兼ねた「すっきり爽やか健康体操」を県シルバー連合会と共催で開催しました。NPO法人健康支援エクササイズ協会長の藤原葉子講師の指導のもと、柔軟性を高め、体感を鍛える「棒びくす」を楽しく体験しました。爽やかな汗を流した後に、未入会の参加者の皆さんにシルバー人材センターの仕組みや理念等の紹介をさせていただきました。残念ながら入会にはつながりませんでした。シルバーの「コ」を盛り返してあげてください。

令和4年10月7日(金)駅前交流テラスすわっチャオで、令和4年度厚生労働省委託事業「高齢者活躍人材確保成事業の入会説明会を兼ねた「すっきり爽やか健康体操」を県シルバー連合会と共催で開催しました。NPO法人健康支援エクササイズ協会長の藤原葉子講師の指導のもと、柔軟性を高め、体感を鍛える「棒びくす」を楽しく体験しました。爽やかな汗を流した後に、未入会の参加者の皆さんにシルバー人材センターの仕組みや理念等の紹介をさせていただきました。残念ながら入会にはつながりませんでした。シルバーの「コ」を盛り返してあげてください。

令和4年度
庭木剪定講習会を開催

令和4年10月14日(金)に「百景園」にて会員の藤森正勝さんを講師に、今年度2回目の剪定講習会を開催しました。すがすがしい秋晴れの下、会員約20名が松ともみじの秋の剪定を行いました。春に剪定した松の伸び具合などを確認しながら数年先を見据えた剪定を学びました。輪郭を整え見栄えを良くするとともに、透かし等で光を入れ風通しを良くして生育を促す剪定が大切であると再確認しました。参加した会員一人々が講師から指導をうけ、疑問点を質問するなど、それぞれの技能に応じた有意義な講習会となりました。来年度も剪定講習会を予定しています。剪定に少しでも興味をお持ちの会員さんは、ぜひ参加してみてください。



安全活動だより

諏訪市シルバー人材センター

令和4年度安全・適正就業

標語 入賞作品

最優秀 「目に見えぬ」

11班田辺 ひそむ事故

優秀 「今日も又」

11班田辺 田中 平一様
声掛け合って 防ぐ事故

佳作 「早く出して」

5班湖岸通り 岩波 辰茂様
ひと手間かけて 事故防ぐ

佳作 「初心者に」

6班高島 濱 英夫様
過失少なく 慣れて怪我

11班田辺 田中 平一様

令和4年7月に行われた安全適正就業月間の標語募集に応募いただいた総数28件の標語について、理事会で選考した結果下記の4点が入賞されました。

入賞者には理事長より賞品が贈呈されました。

応募いただいた皆さんには粗品を進呈しました。ありがとうございました。



高齢者の歩行中の交通事故防止ワンポイントアドバイス

令和3年中の交通事故死者数全体に占める65歳以上の高齢者が57.7%を占めています。

事故死者は「歩行中」が最も多くなっています。

高齢歩行者の特性を自覚して、安全をしっかりと確認して通行しましょう！

夜間は運転者に気づいてもらえるように白色などの目立つ服装をして反射材を身に着けましょう。反射材はよく動くところ、腰より低い位置が発見されやすいので、靴に張るのが効果的です。ぜひ実践してください。

高齢者の弱っている主な特性は

- ① 動体視力・平衡感覚・聴力が衰える。
- ② 反応時間が長くなる。
- ③ 判断能力が低下する。とわれています。

◇自覚して交通安全に対する考え方を直しましょう。

令和4年(4月～11月) 一般事故報告

(県シ連への一般事故報告抜粋)

コメント：今のところ損害賠償事故は発生していませんが、傷害事故が昨年比4件増の5件発生しています。幸いにも重篤な事故ではありませんでしたが、いま一度会員一人一人が「自分の安全は自分で守る」という意識を持って実践してください。
安全はすべてに優先します！！己の体力の衰えを自覚して事故ゼロを目指しましょう。

発生年月日	仕事の内容	事故の型	傷害・損害の状態	年齢(性別)	事故発生の状況及び原因	事故要因	対策
6月22日	各種検査作業	交通事故	頸椎捻挫・肺挫傷・右胸部打撲	76(男)	就業後の帰路、藤森オート近くの農道の信号機のない交差点での出合頭の事故、車の後ろのドアに衝突され、自車はスピンした。	現場は信号機のない交差点で見通しは悪いが交通量もさほど多くない慣れた道であったため、安全確認が不十分となっていました。	交差点内を通過する場合は道路交通法を遵守するとともに予知運転を心掛ける。そのために交通KYTが有効。
6月22日	製品加工補助	交通事故	頸椎捻挫・腰椎捻挫・全身打撲	68(男)	通勤のため自家用車を運転中、開けていた窓から吹き込んだ風にかぶっていた帽子が飛ばされたことに気をとられ、民家のフロック塀に激突した。車はバックカー車により移送された。	紐のついていない帽子をかぶって運転しており、吹き込んだ風により帽子が飛ばされたことに気をとられ、前方不注意となった。	運転中は、一瞬の判断の誤りが重大事故につながることを認識し、運転に集中し安全運転を心がける。
6月24日	駐車場内誘導	交通事故	足首裂傷	74(男)	バイクで通勤勤務先で指定された駐車場に駐車する際ワンホールでタイヤが滑りバランスを崩し転倒した。その際右足がバイクの下敷きになり、アキレス腱の下の部分に約4センチの裂傷を負った。	地面の状況を十分に確認せず駐車しようとしてスピードを落とさなかったためバランスを崩してしまった。年齢とともに体力も衰えてきているためとつきの対応ができなかった。	周囲の状況をよく観察し、慎重に運転する。バランスを崩しやすいバイクには、なるべく乗らないようにする。
8月1日	庭木剪定	転倒	手首圧迫骨折	67(男)	一般家庭の剪定をしていた際、梯子に登るため上部を見ながら一段目に足をかけようとしたところ左足が石に引っ掛かりバランスを崩した。左手をつき転倒を免れたが、左手首を圧迫骨折した。	上部を見ながら登ろうとしたが、梯子の下に石があり、その石に引っ掛かってしまい、バランスを崩した。	たとえ1段目であっても油断せず、しっかりと足元を確認して上る。
9月22日	講習会受付業務	転倒	顔面裂傷・永久歯欠損・入れ歯破損	80(女)	就業場所に向かう途中、一緒に就業する会員の元へ駆け足で向かったところ、アスファルトの段差に躓き、前のめりに転倒した。左顔面に擦り傷を負い、入れ歯と永久歯1本を破損した。	友人に声を掛けられ、急いで友人の元に向かうと小走りになったところ、アスファルトの段差で躓き、前のめりに転倒した。	年齢とともに転倒しやすくなるので、足元に注意しゆっくり歩こうに心がける。

安全就業全国共通スローガン (令和2年度～6年度)

いつまでも 働く喜び 無事故から

同好会活動

ゴルフ同好会

R4年度SSJCゴルフ同好会の活動状況

会長：矢崎 通泰 会員18名
 活動：数回/年
 会場：近隣のゴルフ場
◆ 会員大募集中!!
 参加費：1000円/回
 気軽に楽しくプレーしています。
 お気軽にお電話ください。
 TEL：52-6476（矢崎）まで

競技会	実施日	優勝	準優勝	3位	BB賞	BG賞	G会場
第7回	5月17日	岩波真喜雄	平林正孝	北原勇作	中村一位	平林正孝G85	晴ヶ峰
第8回	6月7日	降旗 貢	関 貞樹	矢崎通泰	伊藤勝雄	降旗貢・関貞樹G88	三井の森
第9回	9月28日	伊藤勝雄	平林正孝	桜井文雄	藤森茂喜	平林正孝G91	南蓼科
第10回	11月7日	桜井文雄	奥原康之	関 貞樹	中村一位	平林正孝G87	三井の森

早いものでゴルフ場から見える八ヶ岳が白く雪化粧し、寒さが身に染みる季節となりました。積雪によりゴルフ場がクローズするのも間近です、残念ながら令和4年度のゴルフ同好会の活動も来春まで休眠となります。本年度は春（5、6月）2回、秋（9、11月）2回、計4回コンペを実施しました。コンペ当日ははずれもゴルフ日和の好天に恵まれ楽しくプレー出来て良かったです。又、ゴルフ場主催のオープンコンペに便乗し参加した為、

競技委員長（副理事長）
関 貞樹



R4年マレットゴルフ同好会の活動状況

競技会	実施日	会場	優勝	準優勝	三位
第一回月例会	5月6日	クリーンレイク	桜井文雄	由井将夫	北原義夫
第一回定例会	6月10日	上川	由井将夫	桜井文雄	牛山喜勝
第二回定例会	7月8日	すわっこランド	桜井文雄	藤森信雄	北原義夫
第三回定例会	8月5日	霧ヶ峰	北原義夫	牛山喜勝	北原勇作
第二回月例会	9月9日	富士見みさやま	桜井文雄	渡辺二六	矢島恒美
第四回定例会	10月9日	クリーンレイク	藤森信雄	北原義夫	牛山喜勝

毎回約半数の会員が豪華賞品をゲットする楽しいコンペとなりました。（魚、果物、蕎麦など）来年は5回のコンペ開催を計画したいと思っております。（当然ゴルフ場のオープンコンペに便乗する予定です。）
 同好会の皆さんも冬の間に体調を整え来春に備えましょう？
 又、新規会員も募集しておりますのでゴルフに興味のある方は同好会への入会をお待ちしております。

マレットゴルフ同好会

会長 牛山 喜勝 会員 21名
 活動：例会練習会4月～2月年9回
 会場：上川クリーンレイク、霧ヶ峰、南蓼科大芝など
◆ 常時会員大募集中！
 年会費 500円 参加費 500円
 定例会等では和気あいあいと楽しく運動・交流しています。
 TEL：57-1388 まで

り開催し、楽しく健康保持、交流ができました。またセンター主催のスポーツ交流会大芝高原大会はコロナのため中止となりましたが、次年度も同様の交流会を予定しておりますので、よろしくお願いたします。新しいお仲間のお待ちしています。



練習大会、定例会はハンデ指しの商戦です。月例会はハンデ指しの商戦です。練習大会、定例会はハンデ指しの商戦です。

木々の葉もすっかり落ち、冬到来となりマレットシーズンも終わりとなりました。今年も4月よりコロナ禍の状況でありましたが、皆様の感染対策への協力により無事年間行事が終了しました。

会長 牛山喜勝

カラオケ同好会
 会長 関 貞樹

当会は、年6回諏訪市公民館別館（2階）音楽室、8月・12月は懇親会を兼ねてカラオケスナック「ポエム」で活動することとされています。

しかし、コロナウイルスの発生により約3年間活動停止を余儀なくされております、来年度こそはコロナ対策により活動を再開できるものと信じてやみません。気楽に自分流に歌ってストレス発散して、楽しんでいきます。

現在の会員数は28名です。常時新規加入者を募集しています。入会して一緒に歌いましょう。希望者は事務局へ連絡してください。

カラオケ同好会

会長: 関 貞樹 会員28名
 活動: 定例会年6回 (現在コロナで休止中)
 会場: 市カルチャーセンターやカラオケスナック「ポエム」などで実施

◆ **会員大募集中!**

年会費:500円
 気軽に楽しく歌を唄って、明るい人生を送りましょう。
 TEL: 57-1388 (関) まで

マーじゃん同好会
 会長 小林英雄

新たな一年が始まりましたが、皆様にはお変わりなくお過ごしのことと存じます。

同好会が発足以来同好会としてゲームを楽しむことが出来たのは、残念ながら2回程かと思えます。

コロナウイルスのため活動中止になりましたが、覚え始めたばかりなので、続けたいとの思いをもつ数名の会員の要望を受け、月に2回ほど有志により開催しております。同好会から誘いを受けて出

マーじゃん同好会

会長: 小林 英雄 会員 20名
 活動: 毎月第二土曜日
 会場: 大和北公民館

◆ **会員大募集中!**

年会費: 2000円/年
 楽しく交流しています。
 お気軽にお電話ください。
 TEL: 58-2074 (小林) まで



席している方も数名おります。この奥深いゲームを皆で楽しめる日が来るよう、一日でも早くコロナウイルスが収束することを願っています。

事務局からのお知らせ

- ◆令和5年1月事業予定
- ・1日(日)「浮城」発行
- ・4日(水) 仕事始め
- ・19日(木) 第4回入会説明会
- ・26日(木) 面接会

◆地区懇談会開催と役員選出

令和5年度は役員の改選年度になります。ブロックごとに役員を選出していただきますので、今後開催の地区懇談会への出席をお願いします。

詳細は各班から連絡します。



業務担当
奥原康之さん

新しい職員の紹介

昨年の8月からお世話になっていきます奥原です。今までに経験したことがない仕事で戸惑いはありましたが、会員

の皆様元気な姿に日々感動を覚えながら少しでも皆様のお力になれるよう頑張っていきたいと思っております。今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

新しい仲間を紹介します (令和4年6月1日～11月30日までの入会者)

氏名	班	お住い
大野サチ	九班	沖田町
関万喜恵	六班	杉菜池
百瀬國弘	九班	普門寺
黒岩 勉	十班	福島
林百合子	六班	高島
柿沢広行	九班	飯島
原美智子	十二班	角間新田
赤木保弘	十三班	尾玉
佐藤照美	十二班	角間新田
小松隆則	九班	桑原
宮本祐子	六班	高島
赤羽洋一	十班	神宮寺
緒方健司	十一班	南田辺
結澤 博	十二班	角間新田
二村眞理代	九班	赤沼
手塚浩幸	十班	下金子
小松三千夫	九班	普門寺
宮澤三枝子	九班	赤沼
新山百合子	一班	湖岸通り
志村幸男	八班	小川
太田朋子	七班	茶臼山