

新春号

発行

公益社団法人
津島市シルバー人材センター
津島市上之町1丁目60番地
津島市総合保健福祉センター内
TEL (0567)26-8448
FAX(0567)26-8199

シルバーつしま

令和6年1月 第59号



成田
芳彦

水墨画:成田芳彦(会員)

謹賀新年



去年今年
今日あることのありがたさ

秀夫



色鉛筆画:桜木秀夫(会員)

迎春 賀



貼り絵:鈴木健二(会員)



会長

宇佐美 清毅

「感謝・感謝」今年も

令和6年です。明けましておめでとうございます。今年「辰年」。中日ドラゴンズは、最下位を脱して、上位へと昇る年になることと確信しています。

私は会長職を受けて11年目になりますが、やっと市の補助金を350万円増額し、議会にお諮りいただけるとのお約束をいただきました。市長のご英断に感謝申し上げます。議会でお認めいただけましたら、有効に使用してまいります。

私の日課は、9時頃にゴルフ練習場へ行き、常連客の皆さんとコーヒーを飲みながら歓談をする事です。趣味のゴルフは徐々に飛距離は落ち、寄らず入らずですが、どうか健康でクラブを振れることに「感謝・感謝」の毎日です。

昨年、とても暑い日が続きました。屋外仕事、屋内仕事に関わらず、会員の皆さんは大変ご苦労されていたことと思います。この異常気象により皆さんが体調を崩されることがや熱中症を心配しておりました。また、私事ですが最近「膝」が痛くなり、整形外科で診察を受け、痛み止めと湿布薬を処方していただきました。お互いに、どうぞ健康には十分に気を付けたいものと思っております。

シルバー人材センターの目的は、「就業を通じて自己の労働能力を活用し、自らの生きがいの充実や高齢者の就業機会の増進を図るとともに、高齢者の能力を活かし活力ある地域社会づくりに寄与する」とあります。

年齢とともに体力・筋力・判断力等が徐々に衰えてきますが、健康で仕事や趣味が出来ることに「感謝・感謝」です。今年も会員の皆様方が、元気で活躍される年でありませうように。



津島市長

日比一昭

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、お健やかに初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。本年も会長をはじめ、役員の皆様、会員の皆様がお力を合せて、津島市シルバー人材センターの活動が益々ご発展されることを心より願っております。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が5類感染症へと移行し、市民生活や地域経済も徐々に正常化しつつあります。

そのような中、皆様方におかれましては、多様な就業機会の提供や創意あふれる活動を通じ、高齢者の健康維持や社会参加に大いに寄与されるとともに、地域社会の活性化や福祉の向上にも貢献して頂いておりますことに、深く敬意を表する次第であります。

本市におきましては、高齢者等に寄り添った移動支援として「おでかけタクシー事業」、歩くことにより健康づくりの習慣化を図る「健康ウォーカーカブ事業」の拡充を行い健康増進、社会参加の一環として推進しております。さらに、認知症高齢者等個人賠償責任保険事業や高齢者等見守りシール交付事業など安心して暮らせる施策も始めております。

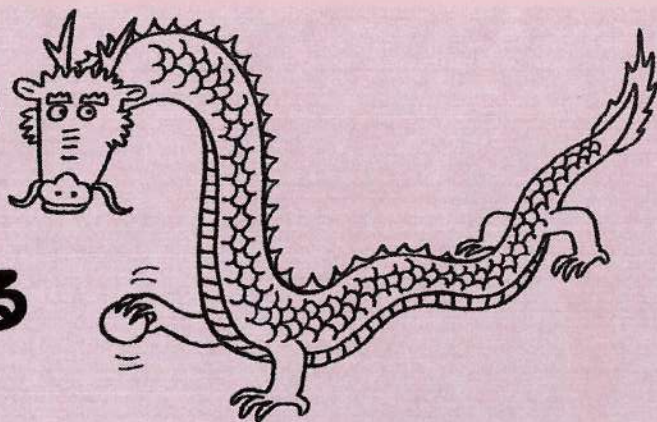
会員の皆様におかれましては、長年にわたり様々な分野においてご活躍され、培った知識や技能、経験は、地域を支え豊かにするかけがえないものであり、その役割は、今後ますます高まっていくものと考えております。

これからも地域の推進役として、地域を支え、地域づくりにご尽力いただきながら、生涯現役で活躍され、次の世代にその知識や技能を伝えていただくことをご期待申し上げます。

結びにあたり、津島市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員の皆様のご健勝とご多幸を祈念申し上げます、年頭の挨拶とさせていただきます。



辰年生まれの 会員が語る



後藤 博

会員の皆さん明けましておめでとうございます。

私は現在、津島駅前の自転車駐車場の整理等で朝6時30分より2時間就業しており、駐輪される方から挨拶されると今日一日が嬉しくなります。

また、私事ですが月2回ボランテニア等の活動と、月2回病院にも通っていますが、体に気を付け週3回の仕事をがんばろうと思います。



山口 隆治

新米のシルバー会員です。

ドラゴンズが好きで、一番 高木、二番 中、三番 千原、四番 江藤と並んでいた頃からのファンです。当時は5点打線と呼ばれていましたが、最近は打線が振るわず、悔しい思いをしています。

今年辰年です。新米シルバーも美酒笑顔を目指して頑張ります。張り切って行きましょう。



鈴木 健二

春と夏の小学校の居場所づくりの仕事にお世話になっていきます。

働ける場所があることに有り難さがあり、シルバーでご活躍されている皆さんにご苦労様と声掛けしています。

高屋敷の山車は龍が描かれ、ドラゴンズも今年はきつと昇竜となります。

平穩無事な一年になるように頑張っていきます。



鷺野 富生

シルバー入会9年目で市役所の当直業務をしています。

2年前までほぼ毎日2時間歩いていました。踵を痛め整形外科へ行ったら、骨に異常はなく、歩きすぎでした。

そこで我が家に眠っている息子のクロスバイクで、一昨年5月からサイクリングを始め、一昨年は月に約760km、昨年は約890km走りました。今後も運動を続けます。



服部 直明

私はシルバー会員になってまだ1年も経っていません。しかし、グループの皆さんはとても親切でやさしい人ばかり。私はまだ新米、学ぶことばかりで大変ですが、毎日楽しく仕事をさせてもらい生き甲斐になっています。もっと早く知っていれば良かったと思っています。

早く仕事を覚えるよう毎日努力しています。



安部 邦充

定年退職をして、11年が経ちました。

今年一年家族全員が怪我、事故なく、健康でありますように願うばかりです。

週1〜2回の水泳が何よりの楽しみです。



受賞おめでとうございませう

長年シルバー人材センター 事業に貢献された方を表彰



▲「葵」武将隊の方々と

愛知県シルバー人材センター連合会主催の事業推進交流大会が、令和5年10月17日に名古屋市の日本特殊陶業市民会館フォレストホールで開催されました。

大会では長年シルバー人材センター事業に貢献された方々の表彰、蒲郡市シルバー人材センターの女性部会（通称…がマダム1000）による演奏や活動内容の発表のほか、岡崎城を拠点に活躍中のグレート家康公「葵」武将隊による演武やダンスも行われ、会場を沸かせていました。

当センターからも6名の受賞会員が出席し、この度は久し振りに武将隊との記念撮影も行われました。

なお、今年度表彰されたのは次の方々です。（敬称略）

愛知県知事表彰

【長寿会員】

由良田 勝昭

愛知県シルバー人材センター

連合会会長表彰

【優秀役員】

河野 郁子

【模範会員】

北折 智子

鈴木 美津子

村上 昭則

小塚 きよ子

富樫 宇佐美

吉田 博俊

地域コミュニティフェスタに参加 会員が作った野菜を販売



令和5年10月22日、東小
学校で開催された、東コミュ
ニティフェスタに参加し
ました。

天気にも恵まれ、動いてい
ると少し汗ばむほどで、プー
スには会員が作ったジャンボ
落花生や銀杏、柿、さつま芋
などの野菜を並べて販売し、
小さなお子さんからご年配
の方まで、幅広い層のたくさ
んの方々にご購入いただき
ました。



スマホ体験教室を開催 地図アプリなど学ぶ

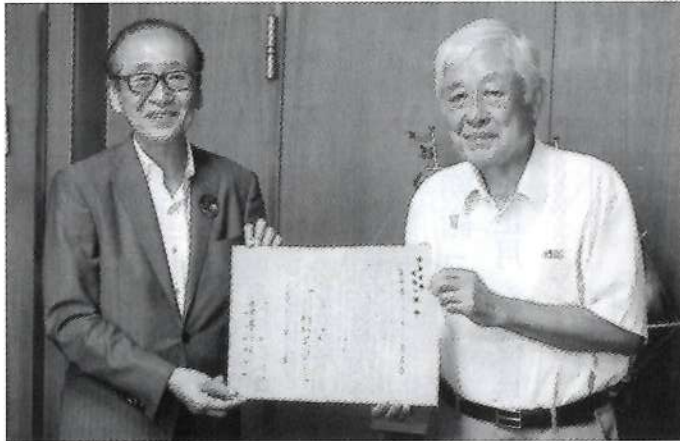


令和5年9月13日、市総
合保健福祉センターでスマ
ホ体験教室を開催し、会員
12名が受講しました。

地図アプリやLINEの
使い方、また、自分が話し
た言葉を文章化する機能
や、カメラを英語などの外
国の文字に向けてると、日本
語に自動翻訳される機能
なども教えてもらい、皆さ
ん熱心に楽しみながら学ん
でいました。

津島市長へ支援拡大を要望

令和5年8月21日、宇佐美会長、福永副会長、鈴木副会長が日比二昭津島市長を訪問し、津島市シルバー人材センターへの支援拡大を要望しました。



◀市長へ支援要望書を手渡す

今年度も市長へ『地域に貢献するシルバー人材センターの決意と支援の要望書』を提出し、高齢者の社会参加、生きがいの充実、健康の保持増進、医療・介護費用の削減、津島市の活性化などに貢献している当センターの活動は、SDGs(持続可能な開発目標)にも深く繋がっており、当センターへの補助金の増額や、事務局職員の増員、仕事の確保など、安定的な事業運営が可能となるよう、更なる支援の拡大をお願いしました。

目の健康を守るために

- 目の病気は、早期発見・早期治療が重要です。気になる症状がある場合は眼科を受診しましょう。
- 目の健康を守るために眼科検診をお勧めします。
- 日頃から目も含めた心身の健康づくりに取り組みましょう。

目にあらわれる症状の一例

- 見えにくくなる
- 視野が狭く感じる
- 物がゆがんで見える
- 中心部が暗く感じる
- 視界にちらつくもの、ゴミのようなものが見える
- 物が二重に見える 等



目も含めた心身の健康のために

- パソコンやスマートフォン等を使用した作業(情報機器作業)を行う場合は、小まめに休憩をとる
- 十分な睡眠をとる
- バランスの良い食事をとる
- 軽い運動を行う
- 禁煙をする
- 特定健診や職場の健康診断を受診する 等



「目の健康」は、生涯を通じて健康でいきいきと過ごすために大切です。「目の病気」「日常生活で気をつけること」について知り、健康の保持・増進に役立てていきましょう。



中高年の目の病気

加齢とともに、目の病気のリスクは高くなります。「見えにくくなったのは、年のせい」と考えがちですが、次のような病気が潜んでいる可能性があります。

緑内障

視野(見える範囲)が狭くなる病気
40歳以上の20人に1人が緑内障?

加齢黄斑変性

見ようとするところがみえにくくなる病気
症状を自覚しやすい

糖尿病網膜症

糖尿病の合併症からくる視力の低下
糖尿病の3大合併症の一つ

白内障

水晶体*が白く濁り見えにくくなる病気
主な原因は加齢現象

*眼球のカメラのレンズにあたる部分

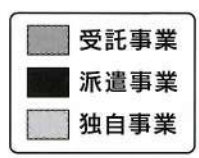
事務局だより

会員数
235人

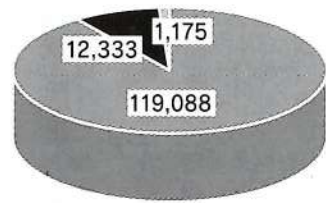
受託・派遣事業実績

〔男148人 女87人〕
令和5年11月現在

《令和3年度から令和5年度》

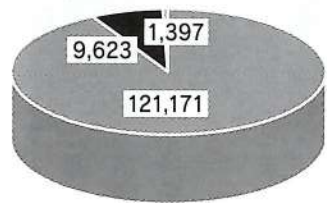


総額 132,596千円



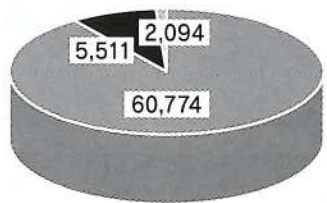
令和3年度

総額 132,191千円



令和4年度

総額 68,379千円



令和5年度 (4月分~9月分)

こんなお仕事しています

一般作業分野

- 除草(手取り)
- 除草(機械刈り)
- 家事手伝い
- 空き瓶の選別
- 食器洗い
- 堆肥の生産 など



技能分野

- 樹木の剪定
- 大工仕事
- 包丁研ぎ など



美化分野

- 会社の清掃
- 福祉施設の清掃
- マンション等共有部分の清掃
- 公園の清掃
- 医療機関の清掃
- 公共施設の清掃
- 神社仏閣の清掃 など



管理・事務分野

- 施設管理
- 受付事務
- 駐車場整理
- 調査事務
- 駐輪場整理 など



シルバー派遣分野

- 工場内の軽作業
- マンションの清掃
- 粗大ごみの受付
- 春・夏休みの小学生の見守り
- 設計図の点検 など



川柳

初詣コイン奮発願いたい
お正月シニアも欲しいお年玉

鈴木 知子
鈴木 健二



新入会員情報



令和5年8月から
11月までの入会者数

男性	7名
女性	3名
計10名	

小学校区別		
西小	4名	
南小	1名	
北小	2名	
神守小	1名	
高台寺小	2名	

林河鈴
野木得
當郁男
規子男
山安坂
口藤田
健公恒
太一代

機関紙編集委員

編集後記

明けましておめでとうございます。

今年も林檎の季節が来ました。私は林檎が好きです。そのまま好きです。アップルパイなど加工したものも好きです。

最近では林檎を食べる度に、若い頃に訪れた青森の三内丸山遺跡の売店で、品種の異なる林檎ジュースを試飲し衝撃を受けた事を思い出します。同じ林檎なのに品種によって異なる味わい・風味、でも全品種とても美味しくて芳醇、何杯もお代わりをしてしまった思い出。店員さんもさぞ迷惑だったろうと反省をしています。

会員の皆さんも林檎のように、お一人お一人に豊かな味わい・風味があり、私は日々、その「味」を堪能(勉強)させてもらっています。

今年もそんな皆さんの「味」を存分に引き出し、芳醇なセンターにするべく、努力していきたいと思えます。

山口 健太

配分金支払日	
2月22日(木)	
3月25日(月)	
4月25日(木)	
5月24日(金)	
6月25日(火)	
7月25日(木)	