

シルバー だより

第 59 号

発行日 平成25年10月1日
発行所 宇都宮市中央1-1-15
公益社団法人 宇都宮市シルバー人材
センター事務局
電 話 028-633-5300
北部事業所 宇都宮市白沢町1873-2
電 話 028-673-8020



楽しく

いきいき



主 な 内 容

- 定時総会
- パネル展
- 独自事業
- 職場紹介
- TV出演
- 北部事業所から
- ごあいさつ
- ふるさと宮まつり



平成 25 年度 定時総会開催

去る6月14日、宇都宮市総合福祉センター大会議室において定時総会が開催され、また、議事に先立ち、勤続10年以上の会員の表彰式が行われ、理事長から表彰状と記念品を受け取りました。

多くの会員の出席を得て、平成24年度実績報告・決算報告などについて審議され、全て可決されました。

総会終了後、宇都宮市役所交通政策課室井様より高齢化社会と交通について講和がありました。



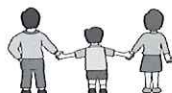
《表彰を受けられた皆さん》

遠藤 美継さん 中島 丈夫さん 田中 武夫さん 野崎 紀子さん
鈴木 澄子さん 東原 勸さん 阿部 彌生さん

～ おめでとうございます ～



独自事業で製作の商品も展示中
ぜひこの機会にご覧下さい



宇都宮市シルバー人材センターパネル展

平成25年10月15日(火)～10月18日(金)

宇都宮市役所
1階ロビー

会員の皆さんのご活躍中の写真が
多数パネル展示されます



エコバック



石けん



豆ぞうり

独自事業紹介

おばあちゃんの手作り石けん

約1ヵ月熟成させて丁寧に作り上げたピュアオイル石けんです

材料:オリーブ油、パーム油、ココナツ油、苛性ソーダ、精油、精製水



↓下記で販売しております。興味のある方はどうぞ！

☆ 宮カフェ

☆ とちぎ県産品センター(JR宇都宮駅ビル2階)

☆ 来らっせ(ドン・キホーテラパーク宇都宮地下1階)

☆ 宇都宮市シルバー人材センター事務局

職 場 紹 介



ホームサポート班
遠藤 誠喜 さん

私達のホームサポート班は、平成14年に発足し、現在35名で仕事に取り組んでいます。依頼主は、一人暮らしの高齢者宅が主で、家周りに関する困り事をお手伝いする為に、グループを組織し対応しています。作業内容は、草むしりの作業が主で、伐採、窓拭き、部屋の掃除、換気扇清掃等多岐にわたっている為、毎月の作業編成については、リーダーや班長が苦労しています。

一緒に働く35名のメンバーは、能力、経験とも豊富であり、皆が協力しあうことで、仕事もスムーズに運び、とても素晴らしい仲間達です。

ホームサポート班は、「無理せず・怪我せず・苦情ゼロで・ボランティア精神を持って」をスローガンに頑張っています。

人が、人生最後の仕事に何を選擇するかは大変重要な事だと思えます。私は、ホームサポート班を選びました。どうか皆さん、最高の仲間達と一緒に気持ち良い汗を流しませんか。そして、7年後には、ともに東京オリンピックを観戦しましょう。



北部事業所 運搬班
北山 和雄 さん

私達の運搬班は平成24年4月1日に発足し、今年の9月末で1年6ヶ月となりました。今年からは人数が6名体制になり、3グループに分かれてローテーションを組んで仕事をしています。

運搬班の仕事内容は、植木班や草刈班の作業後に出た残材を2トンダンプでクリーンパーク茂原へ焼却ゴミとして運ぶことで、私達は宇都宮市内の河内地区と上河内地区を担当しています。

私達の「モットー」は、植木班や草刈班の仕事の総仕上げとして、きれいに片付けることです。

そして、引き続きご依頼頂けるよう、お客様に対しては気を配り、常に笑顔で接しています。

これからも、シルバー人材センターの一員として誇りを持ち、明るく楽しく、元気一杯、安全運転で無事故を願い、一生懸命頑張っていくきます。



宇都宮城址公園 清明館
坂本 妙子 さん

私は、宇都宮城址公園清明館に勤務して2年半になります。仕事は、和室使用にあたっての受付業務や準備、清明館内外の掃除で、とても忙しいです。その中でも特に大変なのは、秋の落ち葉掃きで、落ち葉が大量にある時は、腕が痛くなることもあります。筋力アップに良いかと思って頑張っています。また、楽しいこともたくさんあります。清明館にはお茶室もあり、毎月1回お茶会が催されています。このお茶会は、一般の方でも茶席に入ることが出来るので、若い頃、数年間茶道をやっていた私は、毎回お茶会を楽しみにしています。

それから、10月には「城址まつり」「花」「食育」「餃子まつり」等、公園内のイベントもたくさんあるので、たいへん賑やかです。

私は、あと少しで契約が終わってしましますが、それまで楽しく働こうと思います。

宇都宮ケーブルテレビで放映されました

宇都宮市シルバー人材センターが
ケーブルテレビで紹介されました！

<H25.7./29~8/4 放映>

見逃してしまった皆様のために、



インタビューの様子をお伝えいたします。

質問者：宇都宮ケーブルテレビアナウンサー

回答者：センター会員の皆さん

業務第1課 安齋 由香利 さん



Q1 会員になったきっかけは何ですか？



もともと、植木関係のような自然の中で
の仕事が好きで、高齢者向きの仕事がし
たいと思い、会員になりました。

植木剪定 堀江 武充さん



仕事の選り好みをしなくて、
何でも出来るような感じで
入ってもらいたいですね。

除草作業 鈴木 澄子さん



Q3 会員になって良かったことは？



ここは、たくさんのお客様が来るのでい
ろいろな方とお話できることが楽しい
ですね。

施設管理 菊地 源典さん



Q4 視聴者にメッセージをお願いします

当センターに登録されている会員さんは、多岐に渡って様々な
能力を持った方達がたくさんいます。
長い人生で習得された、豊かな知識や経験・技術など高齢者なら
ではの能力を皆様に活用して頂きたいと思ひます。



この他、番組の中では会員さんが実際に働く現場の様子も放送されました。

仕事のご依頼は電話はもちろん、メールやFAXでも承っています。
「シルバーしごとネット」というインターネットのサイトからも検索できます。
<https://shigoto.sjc.ne.jp>

♪ いい笑顔ですね ♪

初めてのテレビ出演ということで、かなり緊張していた安齋さん。
インタビューが終了するころにはすっかり慣れた様子。
安齋さん、お疲れ様でした！

北部事業所から

北部事業所が白沢の宿で業務を開始して5年目に入りました。

事業所では、地域への感謝を目的に、10月21日(月)、22日(火)の2日間、河内地区及び上河内地区の公共施設等で、会員の皆さんによる除草、刈込などの清掃奉仕活動を実施します。

これからも、このような奉仕活動を通じ、地域に愛され、信頼される事業所を目指してまいりますので、よろしくお願いいたします。



ところで、今夏は平均気温が軒並み上昇し、観測開始以来4番目になる猛暑となりました。猛暑の原因としては、2つの高気圧が日本を覆う「ダブル高気圧」が原因だったと聞いております。猛暑の影響で夏バテを起こした方がいたのではないのでしょうか。

以前、「北部事業所から」の中で、疲労回復に効くツボを紹介しましたが、今回は夏バテなど、疲労回復に効果のある食材を紹介させていただきます。

ビタミンB1を含む糖質を
エネルギーに変える

うなぎ・豚肉・鯛
ぶり・大豆・ごま
玄米・ほうれん草
など

レモン・オレンジ
梅干し など

体内にたまった疲労物質を
早く代謝させる

ビタミンB1の吸収を促進し
効果を持続させる

にんにく・にら
ねぎ・玉ねぎ
など

軽い運動
十分な睡眠
など

体を適切に管理する

会員の皆さんが、健康で安全に就業できるよう、北部事業所職員一同全力でサポートしてまいりますので、よろしくお願いいたします。

所長代理 鈴木 俊夫

就任にあたって

平成25年4月より刑部事務局長が就任されましたので、ご紹介いたします。

<刑部事務局長あいさつ>

この4月、事務局長に就任いたしました刑部です。早や半年が過ぎましたが、様々な課題解決に取り組んでいます。

さて、我が国の高齢化率は、現在、約24%であり、あと37年後には、2.5人に1人が高齢者、65歳以上と推計されています。高齢化社会は、病気、一人暮らし、若者の負担増など暗いイメージばかりを想像しがちですが、会員の皆様のはつらつした活躍ぶりを間近に見ますと、これが杞憂であると感じています。

先日、スキヤーの三浦雄一郎さんが、80歳でエベレスト登頂に成功されました。元気な秘密は、「目標を持つこと」「好きなことに熱中すること」「年齢を気にしないこと」にあるそうです。感動です。

人間は、いつか必ず死にますが、それまでをいかに有意義に、後悔なく生きることが、価値ある人生だと思います。これからもシルバーパワー全開でお互い頑張りましょう。



ふるさと宮まつり



独自事業の編みぐるみ・石けん
豆ぞうりの展示・販売をしました。



おそろいの黄色いTシャツの会員さんが
ごみの回収をしました。



会員数 平成25年9月17日現在

男性	1,156	名
女性	464	名
計	1,620	名

◆ 編集後記 ◆

シルバーだより第59号の発行にあたり、ご協力頂いた方々に心よりお礼申し上げます。

さて、2020年夏季オリンピック・パラリンピックの開催地が東京に決定しました！

強く願えばいつか夢は叶うものなのだと思じて日々頑張りましょう。(編集 大津)