

還流

社団法人 加古川市シルバー人材センター
〒675-0067 加古川市加古川町河原453-15
TEL 079-421-1207(代)
FAX 079-421-4141
http://www.s.jc.ne.jp/kakogawa_s.c/
E-mail kakogawa_s.c@s.jc.ne.jp
会員数 1,450人 男1,184人 女266人
(12月1日現在)

2011年 1月1日 発行

第53号



雪とうさぎ 阿山 紀子

巻頭言

あけましておめでとうございます。

本年も会員の皆様と共に、日常生活についてあれこれと語りあっていきたいと思ひます。ある時は面白可笑しく、広く浅く、日常会話に取り入れられるような『還流』であればいいなあと、念願する次第です。

さて今年の干支は「卯」うさぎですね。一見誰しも可愛いと云う印象です。うさぎの性格は、敏捷、活発、繁殖力は大とある。そして昔から童話童謡で、愛されてきました。今年は、この可愛い干支に、国内を飛び跳ねて貰いたいのです。

一昨年「丑」昨年「寅」と云い、大型の干支でしかも世界中、また国内からも、震撼とする大きな病魔(インフルエンザ)や自然災害(地震・洪水)等が発生しました。世界中が何とかしたい、と云うジレンマに陥ったことは言うまでもありませんでした。

ジレンマは災害だけでなく、国内外とも多々あり、特に政府の外交面での軟弱なところは否めず、そこで今年の干支、うさぎの秘めたる力を発揮してもらうことです。そして近年とやかく、どうのこうのと話題で煮え切らぬ少子・高齢化も、うさぎならある程度解決してくれそうに思ひます。…と云うことで、今年は神頼みと申しますか干支頼みで、うさぎに注目してみました。本年もよろしくお願ひいたします。

「うさぎ うさぎ 何見て跳ねる シルバーの繁栄を見て跳ねる」

菅野 省吾

もくじ

巻頭言	1
理事長のあいさつ ...	2
安全だより	2
私の業務日誌	3
私の健康法	4
活動写真展	5
孫と私	5
銀友会	6・7
雑詠 / 頭の体操	8

ごあいさつ

川井 功一 理事長



新年明けましておめでとうございます。皆様にはお健やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

現下の厳しい社会情勢のもと、最近の事業実績を見ますと契約金額、件数ともに若干下降気味ではありますが、一昨年より生きがい就業機会拡大推進員により、各家庭・事業所に訪問し、シルバー人材センターのPRに努めるとともに、会員お一人おひとりのご活躍と市民の皆様や加古川市をはじめとする関係機関の温かいご支援のもと、健全な運営と着実な事業の拡大を目指して、懸命の努力を続けてまいる所存でございます。

新年にあたり、会員の皆様には今一度、この事業の基本理念「自主・自立・共同・共助」をご理解いただき、ともに生きる家族やともに支えあう地域社会に活力を生み出し、こころ豊かな老後の暮らしと、積極的な社会参加による生きがいの充実を図ろうではありませんか。

最後になりましたが、皆様方の益々のご健勝とご多幸を衷心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

安全だより

“健康と安全＝自己管理”

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、センターの運営ならびに安全・適性就業推進委員会の活動にご協力いただき、誠にありがとうございました。

さて、昨年4月以降の事故の発生状況は、例年と比較して途上の交通事故が多発(5件)しました。うち2件が、重篤事故(2ヵ月入院、死亡)に至る残念な結果となりました。(平成22年10月発行シルバーニュース11号にて詳報)

また、就業中の事故でも、例年と比較して傷害事故が多発した。その内容は大部分がちょっと気をつける

正会員の安全・適正就業の推進により、 シルバー人材センター事業の適切な 発展・拡充を願う!

防ぐことができた事故が多く、会員の皆さんの安全に対する更なる意識の高揚をお願いします。(別紙 事故を防ぐポイント 参照)

一方で、植木業務の脚立からの落下事故において、安全帽の着用により、大事に至らなかった例もありました。

いずれにしましても会員の皆さんお一人おひとりの自覚により、防げる事故がたくさんあります。

今年こそ、正会員、役・職員が一体となって、事故のないシルバー活動を展開しましょう!

風邪対策は万全ですか?

インフルエンザの流行時期に入っています。インフルエンザにかからないためには、十分な睡眠と栄養、休養をとり体調を整え抵抗力をつけることが大切です。

- ワクチンの接種
- 人ごみや繁華街を避ける
- 帰宅時のうがい、手洗い
- マスクをする
- 室内の加湿
- 風邪かなと思ったら、早めに医療機関で受診しましょう!

私の業務日誌

私の交通安全教室

新田 善昭

去年4月からシルバーの会員とならせて頂いた新入会員です。

市内の小学校や幼稚園の交通安全教室で、話やビデオと外でのコース図を使って歩行や自転車の乗り方等の実技指導を行い、命の大切さや交通事故に遭わない事を、子供達に教えるのが主な仕事です。

この交通安全教室は3月まで市役所が行っていましたが、4月からシルバー人材センターへ移管されました。私が市役所で交通安全教育指導員として働いていた関係で依頼があり、再び働く事になりました。久しぶりでありましたが、最初の神野小学校では校長先生が「この学校を試験台にして下さい」と話され、気持ちが楽になりました。

又、加古川小学校では、教頭先生が私の顔を見ると「たぶん来られるだろうと思っていました」、そして数人の先生に「新田さんは、以前市内の小学校で自転車の安全な乗り方大会があった時に、



志方東小学校2年生からよせられた感想文

大会コースの見本を見せながら安全確認や狭い道路(30センチ幅)やボウリングのピンとピンの間を通行しピンを倒さず、上手に乗られていました」と紹介されました。他の小学校でも管理職の先生が私を知っていて下さり、特に自転車の乗り方大会等で話がはずみました。

この交通安全教室は主に4月～7月までで、低学年が主となります。コースを使って歩行訓練や自転車の乗り方と、雨にはビデオ教室を行います。歩行は、列を作るので前の子について行こうとして、信号無視や安全確認が出来ない子供が多く見られます。又自転車では、他人の自転車に乗るため、なれないのでふらふらした運転が多く、コースもはっきり分からないのと、運動場と思っている子供が多く、上手に乗れない子供が見られます。

現在は、指導者の数も少ない事もあって、全体を見る事が出来ないのが残念ですが、子供達が一人でも交通事故に遭わないよう、指導に努めたいと考えています。



青になったら渡ろうね

シリーズ 私の健康法

山登り

浜野 勉

私は、平成20年12月に脳梗塞になりました。一か月余り検査を受けた結果、後遺症は残らずに無事退院することができたのですが、それ以降は毎日11錠の薬を飲むことになりました。風邪薬ぐらいしか飲んだことがなかった私にとって、朝・昼・夕と飲むのは大変です。

健康の有難さが改めて身にしみています。その為、以前から山登りが趣味だったのですが、最近では少し控えています。私にとって、山登りの楽しみは、登り始めはふもとの村が見え、登っていくと遠くの町が見えてくる、そして山頂に着くと目の前に遮るものがなく、遙かかなたの山なみや水平線に朝日や夕日の沈む風景が見え、何とも言えません。山の天気は変わりやすいので雨具が必要です。また、水と氷砂糖、ビスケットなどを持っていった方が良いでしょう。



平成22年9月には、妻と最後の旅行になるかもしれないと、カナダのナイアガラの滝とケベック州国立公園内の山登り、カナディアンロッキーへ行きました。ケベックでは、山岳ガイドさんから、カナダのインターネットに載せるので、モデルになって欲しいと言われ、私達2人の写真を撮っていました。妻とマイペースで歩いていたのが撮影のタイミングとして良かったようです。カナダの紅葉は赤と黄色がとてもすばらしいです。また氷河が削れてそそり立つ山はまるでヨーロッパのお城でした。カナディアンロッキーでは、富士山級の高さの山が途切れることなく続き、国土の広さに感動しました。

妻が毎朝ウォーキングしているのですが、もう一度山登りを楽しめるように、私も最近朝30分程歩くようにしています。朝歩いている人が多く、知らない人からも「おはよう」と声を掛けられます。歩いていると、田んぼや畑の四季の移り変わりを見て心が和みます。これからも毎日続くよう、無理せず頑張っていきたいです。



活動写真展



保育園
物置庫つけかえ
「トビウよ
ひらけ、ゴマ！」



認知症サポーター
養成講座



花火大会翌日の清掃作業
花火に負けぬ人海清掃



機械除草講習会
機械に頼るな 真剣に



トライやる
ペンキ塗りに挑戦する中学生



菊花展水やり
今年の秋をここに見た！

孫と私



早川 紀久雄さん 唯都(9才) 友哉(5才)



岩本 早恵子さん 華奈(小2)

親睦旅行アンケート調査結果

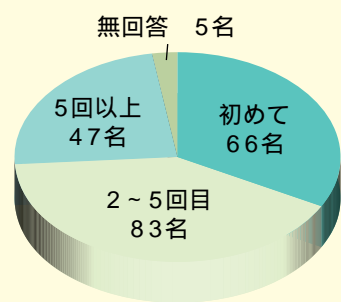
毎年、行われている互助会の親睦旅行が10月24日と28日の2回に分けてあり、高知へ行った。

NHK大河ドラマ「龍馬伝」の影響か？ たいへんな人気となり、定員数もわずかの間に締め切られ、キャンセル待ちが出るほどだった。両日もあいにくの雨でしたが、それでも楽しい一日を過ごすことができた。

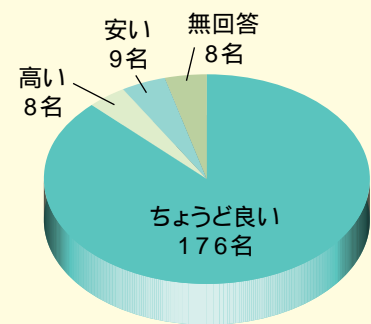
帰りのバスの中で、事務局より今回の旅行についてのアンケート調査を行った。参加者232名中、回答は201名で、86.6%と言う高い回答率を得ることができた。

以下のように多数の回答がありましたが、次回の旅行に参考にしたいと思います。会員の皆さまにはご協力ありがとうございました。

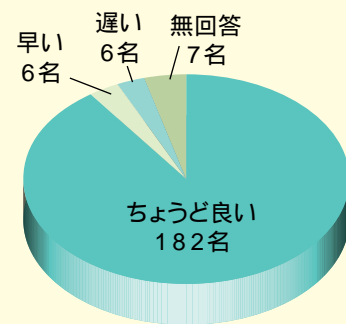
Q1 互助会の親睦旅行に参加されたのは何回目ですか？



Q2 費用は？



Q3 時期は？



Q4 本日の旅行で感動したこと、気に入った場所、良かったこと、ちょっと嫌だった、気になったこと、ご記入ください。(多数の意見がありましたので、抜粋する)

- 食事・料理が大変おいしかった。
- 温泉に入れて、良かった。
- 知らない人と和やかに食事ができて、楽しい一日を過ごすことができました。
- 桂浜がコース外で残念でした。
- 高知駅前が久しぶりで、新しくなっていた。高知城が見られたのが良かった。
- 時間的に少々あわただしかった。
- バスの移動は3時間までが良い。
- 幹事さんお世話して頂きありがとうございます。また、よりよい旅行の計画お願いいたします。
- ガイドさんも感じが良く、説明も行き届いていた。
- 皿鉢料理がおいしかった。
- 日曜市を楽しみにしていたのに、あいにくの雨でゆっくり回れなかった。

Q5 次回行ってみたい所はどこですか(抜粋)

嵐山・広島・日本海方面・1日運動会・夕ヶ浦かにコース・京都・奈良・淡路・保津川下り・・・等々。



西田 和夫 作



加古川駅前受付けする

バス車中



坂本龍馬であい博前にて



皿鉢料理



楽しい食事風景



坂本龍馬に誰が一番似てるかな？



日曜日



高知城

文芸……俳句

初乗りや 心は早やも 故郷へ
 初釜や はなびら餅の 淡き色
 嫁からの 文にはなやぐ 炬燵の間
 待ちし甲斐 ありて初日を 拝しけり
 健やかな 孫の写りし 賀状くる

井上 清恵



寺田 はつ江 作

頭の体操

食べ物です。何と読むでしょう。

- | | |
|-------|-------|
| 1 隠元豆 | 2 無花果 |
| 3 柳葉魚 | 4 鹿尾菜 |
| 5 蛋黄醬 | |

全問正解者のなかからQP名の方に素敵なプレゼントをお送りいたします。 〆切り Q月SQ日必着

「還流」第52号 頭の体操 答え

- 1 .休憩@ 2 .希望@ 3 .対峙@ 4 .真摯

抽選で名ヶ迫さま外 9 名の方に記念品をお送りしました。

会員さんの声

6月登録し初めて『還流』いただきました。センターの方々のご苦労や地域の世話役の方々も大変だと思っております。ボケ防止のため「頭の体操」を解いてみました。



阿部 太作

お知らせ

平成22年度配分金支払日

作業した月	振込みの日
H22年 12月分	H23年 1月20日
H23年 1月分	2月15日
2月分	3月15日
3月分	4月15日

配分金の明細書は、郵送しておりません。一時的に事務所でお預かりしておりますが、内容確認のためにも、必ず3ヵ月以内に取りに来てください。配分金支払の基礎は、会員の皆様が提出される就業報告です。就業された方は、必ず作業終了後直ちに就業報告書を事務所まで提出してください。

平成22年度入会説明会・入会受付日予定表

入会説明会 13:30～	入会受付・面接日 13:30/14:30
1月12日(水)	1月19日(水)
2月 9日(水)	2月16日(水)
3月 9日(水)	3月16日(水)

予定は変更になることもありますので、あらかじめご確認下さい。

入会説明会の有効期間については、6ヵ月間とします。加古川市内にお住まいの60歳以上で「健康で働く意欲」のある方募集中 特に女性の方の入会を歓迎します。

編集後記

明けましておめでとうございます。シルバーの啓蒙促進で「認知症サポーター養成講座」の企画がありました。認知症はだれにも起こりうる脳の病気です。地区・地域親睦会の行事内容にも組み込んでいただき、多くの方が受講されました。認知症の課題は山積していますが、講師の先生たちがわかりやすく寸劇を取り入れ、笑いの中にも予

防や発生リスクを少なくすることも教えていただきました。予防策の一策は楽しく仲間と一緒に仕事や趣味活動をすることだそうです。それには、シルバー人材センターは最適の場であるように思います。そこで得た感動を是非皆様に投稿して頂ければ幸いです。

編集委員