第 51 号

シルバーしろい

なし坊

〈編集・発行〉公益社団法人白井市シルバー人材センター広報部会　　発行日／令和 元年 8 月 15 日発行

カラオケ同好会の皆さん

サークル活動紹介　カラオケサークル

「 歌は百薬の長、滋養強壮剤 」です。（奥原会員談）

取材にお伺いしたときは 14 名の参加。
すでに熱唱中の方も。昼食は各自持込み。飲酒もＯＫとのこと。
ただ、飲酒している方はあまり見かけない。
多分、歌にかける思いが強いかも知れません。
普段、接する雰囲気と熱唱中の姿は、別人の様子。
マイクを握る姿は、歌手そのもの。皆さん大変お上手でした。

（取材：センター事務局）

※関連記事は P6 から

令和元年度 定時総会開催報告

総会報告

当センターの令和元年度定時総会が去る6月15日（土）白井市文化会館中ホールに於いて開催されました。

総会は、笠井喜久雄白井市長様・長谷川則夫白井市議会議長様はじめご来賓のご臨席を頂き開催されました。

報告事項の報告が終了後、決議事項に関し原案通り可決承認されました。

総会終了後、白井市地域包括支援センター社会福祉士　鈴木智子様による「成年後見人制度ってなに？」～判断力が低下しても安心して暮らせるように～と題した講演を開催しました。

市長ご挨拶

講演会風景

理事長挨拶

理事長　安藤 俊和

白井市シルバー人材センターは、今年3月末で設立20周年を迎えることができました。設立以来これまでに社会情勢の変化に伴い、補助金の削減や公益法人化等変遷がありましたが、業績は概ね順調に推移してまいりました。

これも偏に関係機関・企業・市民の皆様の温かいご支援の賜物であり、更にはこれまで当センターの礎を築いてこられた諸先輩方並びに日々就業されている会員の皆様方のご活躍の賜物であると、改めて厚く御礼を申し上げます。

さて、当センターは、今年度から3年間の「第5次基本計画」を策定し、初年度となる令和元年度のキャッチフレーズを「高齢者の就業機会開拓と会員の活躍」とした事業計画をスタートいたしました。最重点項目は、ここ数年伸び悩んでいる会員数の増強と減少傾向にあった事業実績を伸長させて事業運営を好転させることにあります。

会員、役員、職員の三者が一体となって、地域の皆様の期待と信頼にこたえていくよう事業を運営してまいる所存ですのでご理解とご協力をお願い申し上げます。

市長挨拶

市長　笠井 喜久雄

白井市シルバー人材センター会員の皆様におかれましては、日頃より市政に多大なご支援、ご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

私は、「白井をもっと豊かに」して「魅力あふれる白井を次世代に残したい」との思いを胸に、この度の市長選挙において、白井市の舵取りを任せていただくことになりました。もっと豊かな白井市にするべく、貴センターをはじめ、市民の皆様、各種団体等、行政と「オール白井」でまちづくりを推進してまいります。

さて、人生１００年時代と言われている昨今、高齢者が健康で生きがいをもって生活できる環境づくりが、これまで以上に求められております。

貴センターにおかれましては、働く意欲のある高齢者に対し、多様な就業の機会を提供していただいており、その役割は益々重要となってまいります。市としましても、高齢者の方が地域で楽しく・元気に活躍できるよう、貴センターの活動には大きな期待をしており、引き続き、支援して参りたいと考えております。

結びに、皆様のご健勝とご活躍を祈念申し上げ、挨拶とさせていただきます。

永年会員へ感謝状贈呈

6月15日（土）開催の令和元年度定時総会において、平成24年の公益社団法人への移行に伴い中断していました永年会員表彰を、設立20周年を機会に再開することといたしました。

今年は20年在籍会員3名と、平成24年以降に在籍10年を迎えられました97名の皆さま対し、安藤理事長より感謝状が贈呈されました。今後も健康にご留意され、ますますのご活躍を祈ります。おめでとうございました。

○20年在籍会員（敬称略）
前田伸生、諸橋輝雄、山﨑優子

○10年以上在籍会員代表（敬称略）
鈴木康弘

感謝状贈呈

永年会員表彰の皆様

センターからのお知らせ

会員就業相談会開催中

現在センターでは毎月第3月曜日（休日の場合は翌営業日）に午前10時からセンター会議室にて「就業相談会」を開催しております。

就業に関しての個別相談となっておりますので〝仕事の紹介がない〟〝今の仕事から変わりたい〟等、ご相談のある方は積極的にご利用ください。

令和元年度後半配分金支払日

就業月	支払日	曜日
令和元年7月	令和元年8月23日	金
8月	9月25日	水
9月	10月25日	金
10月	11月25日	月
11月	12月25日	水
12月	令和２年１月24日	金

※配分金明細書は年2回（5月・1月）に一括して送付します。

毎月必要な方は、お手数ですがセンター事務局へご連絡の上、直接窓口へお越しください。

新入会員紹介（敬称略）

（平成30年12月～令和元年６月）

小浦　未美	（南　山）	
竹内　政巳	（西白井）	
齋藤　正行	（大山口）	
齋藤　恵	（大山口）	
細谷　泰子	（南　山）	
壇上　康彦	（南　山）	
矢野　勇	（　復　）	
諫山　秀則	（桜　台）	
藤巻　稔	（大山口）	
伊藤　徹	（大　松）	
伊藤　もよ	（桜　台）	
内田　秀雄	（桜　台）	
高橋　洋一郎	（池の上）	
肥田　貢	（清水口）	
古賀　保馬	（南　山）	
阿部　輝子	（堀　込）	
山本　淑実	（南　山）	
作田　淳	（　根　）	
小滝　辰男	（十余一）	
千葉　久	（池の上）	
志摩　哲哉	（南　山）	
松平　久壽	（桜　台）	
能代　緑	（池の上）	
永友　久雄	（清水口）	
矢野　進	（　中　）	
吉田　博雄	（富　士）	
佐々木一倒	（七次台）	
栗山　満	（堀　込）	
大西　哲廣	（堀　込）	
田中　眞一	（南　山）	
杉村　新一	（富　士）	
岡部　敏雄	（南　山）	
文倉　達雄	（　復　）	
脇部　光差子	（笹　塚）	
熊倉　忠	（池の上）	
清水　はるみ	（大山口）	
中川　禎勝	（南　山）	
中道　信一	（清水口）	
田口　清	（清水口）	

七次台小学校児童からのお礼

七次台小学校児童の集団登下校時に、児童の安全を確保するため、引率による安全指導に20名を超える会員が就業しています。登校時は午前7時から1時間、下校時は午後3時前後から1時間、雨風に関係なく、児童の安全に携わっております。保護者、学校、地域などからの信頼は厚く、会員の励みになっております。このたび登下校に関わった同校6年生が、卒業にあたり、会員に対して感謝状をいただきましたので、その一部をご紹介させていただきます。

ガーデンメイト発足！

～はじめに～

ここ数年来、除草、植木剪定関係については、お客様からお仕事の依頼を頂いても、数カ月先までお待ちいただいている状況が続いております。この要因の一つとして、従事する会員不足が挙げられます。

こうした状況を何とか解消しよう、お客様の要望に応えよう、を合言葉に会員を募りました。

～ガーデンメイト誕生～

その結果19名の会員から賛同を頂き、愛称をガーデンメイトとしました。その後、既存の除草班の経験、お知恵を拝借しながら、事業・適正就業部会を中心に数度の打ち合わせ、また個人宅様のご協力を頂き、実地研修などを行って参りました。

～実地に経験を積んで～

以降、先ず実地に経験を踏むことが何より大事との共通認識に至り、現在は既存の除草班のベテランの方々と一緒に、お客様の現場で、経験を積んでいるところです。ガーデンメイトとして独り立ちする日もそう遠くないことと思います。ガーデンメイトの皆さん、頑張ってください。そして除草班の諸先輩方、よろしくお願いします。

お客様のお言葉がパワーに

小林 昭栄（清水口）

■除草作業も楽し

平成26年にシルバー人材センターにお世話になり、今年で5年目に突入いたしました。当初から除草班（文化センター班）として今日に至っております。

文化センター除草班の登録メンバーは12名です。作業日は7名体制で、朝9時から午後1時までの作業となります。文化センター内は除草範囲が広く、雑草種類も多種多様で、私にとっては変化があり、やりがいのある仕事です。

除草作業では、「熱中症対策」と「足腰対策」を自己管理する事が大切と思います。これからも元気で働くことが出来るよう、『健康第一』をモットーに頑張ってゆきます。

小浦 未美（南山）

■お仕事で貢献できる喜び

長いあいだ住み続けた都内から昨年6月に白井に移り、のんびりと思いきや、これといった趣味も無い自分は途方に暮れていました。そんな折、たまたま白井市役所に行った時に、シルバー人材センター会員募集のチラシ広告が目に入った。微力ながら地域に貢献しつつ、自分もスキルアップにつながるのではないかと思い、入会いたしました。

今は皆様のおかげで、広報しろい配布、除草（ガーデンメイト）、テニスコート駐車場施錠の仕事を行っております。

特に草取りで、お客様宅を訪問して作業後に、お客様より感謝の言葉をいただいた時などシルバーで、まだまだ貢献できると思う次第です。これからも体が続く限り、長く続けたいと思います。

平沼 はる子（大松）

■ありがとう、またお願いします

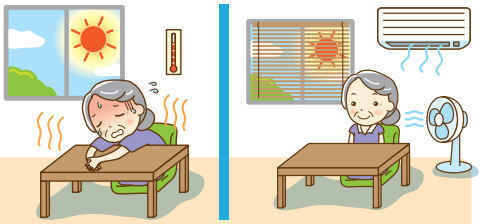
「ちょっと手伝って！」と声を掛けられて、除草班に入りました。少しでもお手伝いができればと思い、現場で先輩方の仕事を学んだり、また、ご指導を頂きながら、今日まで続けております。お客様のお庭が仕上がって、お客様から「ありがとうございました、また、お願いします。」との言葉を頂くと、この仕事に就いてよかったと、やりがいを感じます。

今は、除草関係のお客様に数カ月先までお待ちいただいております。お客様のサービス向上などの工夫について、関係者で検討され、このたびガーデンメイトが発足し、私もメイトの方々と一緒にお仕事をさせて頂いております。

これから一段と暑い時期を迎えます。熱中症に十分注意しながら、頑張っていきたいと思っております。

熱中症予防のために

暑さの感じ方は、人によって異なります。
その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。
体調の変化に気をつけましょう。



熱中症の症状

○ めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
○ 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う

【重症になると】
▶返事がおかしい　▶けいれん
▶意識消失　▶からだが暑い

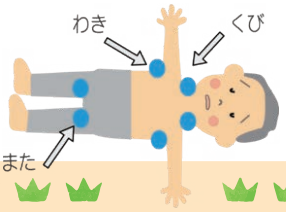
熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ

○エアコンが効いている室内、
風通しのよい日陰など、
涼しい場所へ避難させる

からだを冷やす

○衣服をゆるめ、体を冷やす
（特に、首の回り、脇の下、足の付け根など）



水分補給

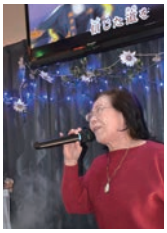
自力で水が飲めない、意識がない場合は、
すぐに救急車を呼ぶ!!

交通事故防止

高齢者のアクセルとブレーキに関わる交通事故が、毎日のように報道されています。
高齢者は判断能力や視力など、心身機能は年を重ねるごとに低下するといわれています。
交通事故に遭わないよう、起こさないよう、
安全確認を十分に行いましょう。

会員の広場

サークル活動紹介



《カラオケサークルの紹介です》

カラオケサークルは毎月第一水曜日に活動中です。

家にこもってばかりでなく、みんなで集まって、しゃべったり歌ったりすることこの上ありません。

色々な方面から集まった多様なメンバー（最高齢は81歳）で、上手・下手ではなく思い切り声を出して歌う事を大いに楽しんでいます。

（鈴木 康弘 代表談）

歌う門には福来たる

奥原 秀明（池の上）

同好会発足、丸2年。いやはや毎会10人以上が参加し、平均年齢70代後半。歌えや、飲めや、と大盛況です。「歌は百薬の長、滋養強壮剤」です。歌うと幸福ホルモン（ベータエンドルフィン）が分泌され、ボケ防止に役立つそうです。

歌う門には福来る。

引き続き会員募集中!!

カラオケの楽しみ方は多様

深田 多満喜（堀込）

カラオケ同好会を楽しもう。歌を仲間に聞いて貰い、仲間の歌を聞き、時には喋って、ストレス霧散。隔月毎にテーマを決め、挑戦するのも良い。全員が五木ひろしの歌に挑戦したり、お互いを指名してリクエストしたり、デュエットや年代別選曲月間など楽しもう。年1度は、旅先でのカラオケもいいね。

同好会の仲間を募集中

同好会名	活動日程（変更になる場合があります）	場　所	お世話人（敬称略）	ひとくち PR
ゴルフ	年４回の競技会 近傍のゴルフ場にて開催	近傍コース	渋田 伸弐 遠藤 正雄	珍プレイ、好プレイ、ほぼ半々。
パークゴルフ	毎月、第三　土曜日 8：30 集合	遊楽パークゴルフ場	菅谷 一幸 大竹 千秋	クラブ一本、手軽にプレー。
卓　球	毎週水曜日 15：00～17：00	白井駅前センター２階 レクリェーションホール	竹内 敏子	玉拾い、いつの間にか足腰も強くなり。
パソコン	毎月、第４火曜日 13：30～16：30	シルバー人材センター	曽布川 房雄 深田 多満喜	教えあい、励ましあい、生活の幅が広がります。 自分のパソコンを持込みます。
カラオケ	毎月、第１水曜日 12：00～17：00	カラオケぽっぽ（根）	鈴木 康弘、渡辺 信夫 渡辺 正勝（会計）	歌う門には福来る。
麻　雀	毎月、第２・４火曜日 13：00～16：00	桜台　６番街集会所	稲井 邦光	指先動けば、寿命も延び。
俳　句	毎月、第４金曜日 10：00～12：00	シルバー人材センター	植田 キクイ	紙とペンあれば、貴方も俳人の仲間入り。
旅　行	日帰りバス旅行	関東近辺	お世話人の方、 募集中です !!	バスの発車と同時に盛り上がり。 車内でのカラオケも人気です。

■関心のある方は、センター事務局へお問い合わせください。電話０４７－４９８－１７１７■上記以外に同好会を立上げ希望の方も、ご連絡ください。

俳句サークル作品

俳句

新緑よスプリングボード　　吾に賜べ　　植田 キクイ（富士）

石畳すこしおくれの染浴衣　　伊東 威郎（清水口）

一票の軽きに惑う梅雨の朝　　伴　隆夫（清水口）

朝陽（ちょうよう）と緑風（りょくふう）のなか夢現（ゆめうつ）つ　　鈴木 康良（桜　台）

短歌

やれ肥（こ）えよ梨の実ひかる　夜半（よわ）の雨　　矢野 善之（七次台）

梨栽培 摘果作業は 美人なる　実を残しつつ　あとは摘みゆく　　才本 節子（富士）

わたしのエンジョイライフ

夢、ありますか？

檀上 康彦（南山）

あなたの夢は何ですか？「今更、なに言ってるんだ！」という声が聞こえてきそうな気がしますが、シルバーだからこそ夢を持っては如何でしょうか。人生80年？いえいえ90、100年の時代です。何か目標を持って、その目標、夢に向かって日々楽しく暮らして行くと、本当に人生が楽しくなります。

因みに私の夢は、「自転車ロードレースで表彰台に乗る」です。その為に、週に3回以上は自転車に乗っています。今までの最高成績は6位入賞です。現在66才ですが、70才前半までに表彰台に乗ることが私の夢なのです。40歳代、50歳代には負けません。

皆さん、何しろ「人生楽しく」です。夢を持ちましょう！

ハーレー「鉄馬に跨り」

田中 眞一（南山）

私は、現在１９９７年式のローライダーをこよなく愛する鉄馬乗りです。なぜハーレーなのかと聞かれたら、斜め後ろから見たリアのスリムな所がまさしく鉄馬であり、そのスタイルを気に入っているからです。アメリカの原野を駆け抜ける馬の姿とハーレーのイメージが重り、アイアンホースは私にとって単なるバイクではなく、愛馬そのものだと思っているからです。

私の旧式のバイク良さは、信号待ちでの、どこトン、どこトン、どこトンと聞える三拍子音です。振動と共に伝わる鼓動は、私に落ち着きと安らぎを与えてくれます。そして信号が変わりスロットル開くと、300キロ近い車重が轟音と共に一気に加速するのです。この加速感は、生きている喜びを与えてくれます。

●唄は、カントリーロードです。遠く山を見ながらダダダっと田畑を走り

●小川を越え、山岳路をドコドコドコと音を響かせ、自然の中に風を感じ自由な旅を楽しみ、知らない街に行ってみたい。

まだまだ乗り足りない72歳の私です。

カヤックで自然と遊ぶ

室谷 薫（南山）

カヤックを始めたのは57歳の秋。初めは、艇を沈めさせて脱出する方法、次に沈めさせない、前進することを練習。今の自艇は組み立て式カヤックで、全長４．６メートル、幅90センチです。いつでも漕ぎだせるように、常時、車に積んでいます。カヤックの楽しみと目的は、人の手が届き難い自然の中に、「ボーッ」として、いられることです。

会員の皆さまの声を募集中

会員の皆様の声を募集中です。今号では奇しくも様々な「乗り物に乗ること」を楽しまれている会員の皆様の記事が集まりました。会員の皆様の趣味の作品や、就業や日々の生活で感じたこと等お待ちしています。

また、サークルの活動報告や募集記事等も大歓迎です。事務局宛てにお問い合わせください。お待ちしております。

ボランティア活動のお知らせ

ボランティア活動として市内の美化活動を予定しています。

○白井駅から白井市役所までの歩道ゴミ拾い

日時　10月16日（水）9時～10時

※雨天中止

参加ご希望の方は事務局までご連絡ください。

会員の皆様のご参加をお待ちしております。

会員大募集中！

会員募集中です。

当センターでは一緒にお仕事をする会員を募集しています。

市内にお住いで原則60歳以上の健康で働く意欲のある方ならどなたでも入会できます。

入会をご希望の方、シルバーに興味をお持ちの方は左記の日程で会員募集説明会を開催しますので、是非ご参加ください。

目指せ会員100万人

全国のシルバー人材センターでは、会員数を令和6年度までに100万人を達成する目標を掲げ、会員の募集を行っております。当センターでも、まず令和2年度に会員数を500人を超える事を目標としております。

会員の入会のきっかけとして多いのは、知人からの『口コミ』です。

是非皆さまのご友人やご家族の方等にセンターが毎月「会員募集説明会」を実施している事をお知らせください。また、ご入会希望の方はお誘い合わせてのご参加をお待ちしております。（開催日は左記の通りです。市広報誌毎月15日号にも掲載されます。）

令和元年度会員募集説明会 後半期日程

会場：① 白井市健康福祉センター（ウェルプラット）3階
（白井市役所右側隣・聖仁会病院側の建物です）
② 冨士センター（奇数月）

時間：午前10時～11時（予定）

開催月日	曜日	会　場
8月 22日	木	白井市健康福祉センター
9月 17日	火	冨士センター
9月 26日	木	白井市健康福祉センター
10月 24日	木	白井市健康福祉センター
11月 13日	水	冨士センター
11月 21日	木	白井市健康福祉センター
12月 19日	木	白井市健康福祉センター
1月 14日	火	冨士センター
1月 23日	木	白井市健康福祉センター
2月 27日	木	白井市健康福祉センター
3月 17日	火	冨士センター
3月 26日	木	白井市健康福祉センター

「広報しろい」各月15日号にも案内が掲載されます。

ポスター・チラシにて普及啓発活動中
市内各所や友呼び運動で展開中。

ご依頼をお待ちしております

センターでは一般のご家庭や市内企業の皆様からのお仕事をお受けしております。

「こんなお仕事、やってもらえるかな？」等ありましたら、まずはお気軽にお問合せ下さい。

また、センターロビーやホームページに「お仕事情報」として現在就業会員を募集している内容を掲示しています。

会員の皆様は就業時に、ご参考にしてください。

あとがき

令和元年度の定時総会は、シルバーセンター設立20周年の記念の年を迎え、永年会員表彰（20年在籍会員3名、10年以上在籍会員97名）が行われ、御元気に御活躍されている様子が御報告され喜ばしさでいっぱいです。

人生100年。いつまでも現役。ますますの御活躍を祈っております。

今年の夏は曇りや雨の日が多く日照時間が短い為か、低温の日々が続いています。早く夏らしい日々が戻ってくる事を願っています。

〈編集・発行〉
公益社団法人
白井市シルバー人材センター
広　報　部　会
〒270-1415 千葉県白井市清戸 765-2
TEL 047-498-1717
FAX 047-498-2888
http://www.shiroi-sjc.com