

シルバー みはま

第23号

発行日 平成28年1月
発行所 公益社団法人 美浜町
シルバー人材センター
編集 総務部会

料理講習会



シルバーまつり



子育て支援講習会



消火器取扱い講習会

新年あけまして
おめでとうございます
本年もよろしくお願い申し上げます



公益社団法人 美浜町シルバー人材センター

福井県三方郡美浜町久々子 59-1-5

TEL 0770-32-5144

FAX 0770-32-5273

新年のご挨拶

公益社団法人美浜町シルバー人材センター

理事長 繁田 清幸



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様方には、ご健勝にて爽やかに新春をお迎えになられたことと心よりお喜び申し上げます。

平素は、当センターの事業推進に對しまして格別の深いご理解とご協力を頂き厚くお礼申し上げます。

シルバー事業は、全国的には国からの補助金の削減や会員数の減少傾向が続ぎ厳しい運営を迫られる中、当センターの事業実績は、平成 27 年では前年度以上の伸びを示し、順調に推移しております。これも町民の皆様方、町ご当局、企業各位よりの深いご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

また、平成 27 年 3 月から会員自らの発案により、美浜町久々子に「シルバーショップ湖畔」をオープンいたしました。自主財源の確保を図るとともに会員や町民の方々のコ

ミュニケーションの場づくりの提供、リサイクル品と軽食、弁当類や地場野菜類等の販売を行っております。お陰様で会員の頑張りにより堅調な実績を上げております。今後も皆様方のご利用をお待ちしております。

我が国は、いまや世界に例のない速さで高齢化が進んでいます。

当町においても高齢化率が 30 パーセントを超え、人口も減少傾向にあります。このような情勢の中で、地域の持続的な成長を促し、社会の活力を維持していくためには、女性と高齢者が活躍することが必須の条件ではないかと考えます。長年培った知識と技能経験を年齢を重ねても衰えない能力を生かすことこそ大きな社会貢献であり、ひいてはそれが高齢者の個々の健康寿命を延ばし豊かな長寿社会を築き、そこで生活できる喜びを感じることもができるのではないかと思います。超高齢化社会を「負」の側面で見えずに、シルバー人材センターは就職は望まないが働く機会を得、何らかの収入を得たいという心身ともに健康で活動する意欲ある人に臨時的、短期的で軽易な就業を基本的に提供する高齢者の集合体組織です。生涯現役として活躍できる方が

一人でも多く会員として加入していただけるようお待ちしております。

会員各位には、就業中は勿論のこと交通事故等にも充分気を付けてください。最近、全国的にも重篤な事故が多発しております。当センターも、事故ゼロを目指して安全思想の普及や安全パトロール等を実施していますが、残念ながら自分のちよっとした不注意による事故が起こっております。どうか各自充分に気を配って慎重に作業に従事され、発注者の方に迷惑がからぬようお願いいたします。また、健康面でも積極的に集団検診等を受診され体調管理にも充分に留意されるようお願いいたします。

最後に、日頃から当シルバー事業にご支援いただいております町民の皆様方、町ご当局、企業各位の一層のご発展とご多幸をお祈りし新年のご挨拶といたします。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



年頭のご挨拶

美浜町長

山口 治太郎



新年あけましておめでとうございます。

美浜町シルバー人材センターの会員並びに役員の皆様方におかれましては、ご健勝にて新年をお迎えになられたことと謹んでお喜び申し上げます。日頃から町政の推進に對しまして、多大なご支援とご協力を賜り深く感謝申し上げます。次第でございます。

昨年の 9 月に安部晋三首相はアベノミクスが第二ステージに移行したとして第一の矢「希望を生み出す強い経済」、第二の矢「夢をつむぐ子育て支援」、第三の矢「安心につながる社会保障」の新たな三本の矢を打ち出し、1 億総活躍社会の実現に向けた政策を進めるとしており、今後さらなる働く意欲のある高齢者の就業機会の増加や雇用拡大が期待されます。当町といたしましては、貴団体と共同で対策を講じて参

りたいと存じますので、何とぞご支援を賜りますようお願い申し上げます。

さて、昨年、貴団体におかれましては、春に「シルバーシヨップ 湖畔」をオープンし、定食やお弁当、リサイクル商品や地元の野菜などの販売が口コミなどで広まり、好評とお聞きし、喜ばしく感じております。高齢者の方々が気軽に立ち寄れる場所として確立しつつあり、積極的に新たな取り組みをさせていただいておりますことに感謝申し上げます。

また、高齢者活用・現役世代雇用サポート事業(派遣事業)におきましても、昨年より新たに着手され、調理業務や介護補助など既に取り組みされております。当町の施設へも派遣していただいておりますが、知識や経験の豊富な方々が職場におられますことは、信頼にも厚みを増し何より大変心強く思っております。サポート事業の趣旨である、女性の社会進出の後押しや現役世代の雇用環境向上や、積極的な地域社会への参加等に、貢献されておりますことに對し深くお礼申し上げます。

今年(丙申)は、十干は「丙」ですので「丙申(ひのえさる)」の年になります。丙申の年は「伸びる年」「これ

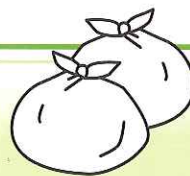
までの努力が形になる年」であるといわれております。会員の皆様におかれましては、これまで培われた知識や経験等を活かしてそれぞれの分野、職場において形となり更なるご伸展をしていただき、地域社会全体が発展していく、そのような年となることをご期待申し上げます。

現行の第四次美浜町総合振興計画「自然かがやき、人いきいき、まちがにぎわう美し美浜」から、平成28年度第五次美浜町総合振興計画「みんなで創り絆ぎ集う美し美浜」へと目標とする将来像が変わりますが、高齢者の皆様がますます健康で、それぞれに生きがいを持ち、安心して暮らせる環境づくりを、まちづくりの重要な課題の一つとして、今後も継続して健康・長寿を目指した事業の推進に努める所存であります。

結びになりますが、美浜町シルバー人材センターの益々のご発展と会員皆様方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



ボランティア活動



平成27年10月15日(木)午前9時から、美浜町総合運動公園において、恒例のボランティア活動を行いました。これは「全国シルバーの日」に併せて毎年実施しているもので、今年も10月17・18日に開催される町民レガッタ前に応援席等の除草と清掃を行いました。51名の参加をいただき、2時間程の作業でとてもキレイになりました。

町民レガッタに参加された方も気持ちよく2日間過ごせたと思います。

参加された会員のみならず、お疲れさまでした。来年度も一人でも多くの方が参加してくださいませよう、ご協力よろしく申し上げます。



部会の紹介と活動状況

総務部会

八木壽博部会長

総務部会では、定期総会の運営補助・機関紙の発行に伴う編集・ボランティア活動の諸準備等を担当しています。

今年度の総会で、総会資料の事前配布等の意見が出され、新年度より実行することとしました。皆様のご忌憚のないご意見、俳句や川柳などの作品の応募等をお待ちしております。

近年、各シルバー人材センターの会員が少なくなり、当センターにおいても横ばい状態ですが、特に60歳代の方が少ないのが顕著であります。

定年制度の延長・年金問題等により、仕事を延長している人が多くと思いますが、高齢者の前途は大変厳しいものがあります。現役を卒業され働く元気と気力のある方、「生涯現役」として活躍できる方が1人でも多く会員として加入していただけるようお待ちしております。



普及啓発部会

武長利延部会長

普及啓発部会は、事業の普及・就業拡大と町内への啓発を担当しています。当センターが安定した事業運営をしていくためには、会員の加入促進・就業機会の拡大を進めることが重要であるため、次のような活動を行っています。

●就業拡大を図るため、7月に役員が3編成で町内事業所等を訪問し賛助会員の募集活動を行い、38事業所のご理解をいただき加入いただきました。また、12月には理事長他役員が町役場を訪問し町長と面談、可能な範囲で積極的に当センターを活用いただくようお願いしました。



●10月に開催された町民レガッタではスパーシニアの部に参加し、「シルバー人材センター」の幟を立てて出場選手の応援に併せて啓発活動を行いました。

また、11月7・8日開催の「みはまナビフェス2015」にも、昨年に引き続き不用品を安価で販売する「じゅんかん市場」を出店して多くの方にご来店いただきました。来場者に「会員募集チラシ」を配布して啓発活動を行いました。



安全・適正就業部会

山本実部会長

安全・就業適正部会は、安全パトロール・各種講習会の開催を重点として会員の安全と事故防止を目的として取り組んでいます。

今年度10月現在、県シルバー人材センターでは18件の事故発生があり26年度の29件に比べて減少はしていますが、依然高い水準となっております。



す。作業別事故発生状況では、除草作業中に小石等を跳ねて車・家屋のガラスを破損等、11件発生しています。次が剪定・伐採作業で4件ありました。賠償金額も前年度より減少していますが、1280千円となっております。当センターでも、県と同じで剪定作業で1件、除草作業で小石等を跳ねて車両物損事故の賠償補償がありました。各作業とも、事故等には十分気をつけていると思いますが、少しの不注意・気の緩みによるものと考えられます。当センターも安全パトロールの充実を計りながら、各講習会を実施していきます。3月に刈払講習会・剪定講習会・安全作業講習会を実施しますので、会員みなさまのご参加をお願いします。

今後とも「安全保護員の着用、安全は自分自身のため、無理な動作をしない」をモットーに安全就業に努め、全員で事故ゼロを達成できるよう努めましょう。

講習会の実施

料理講習会(家事援助講習会) & 健康教室 9月25日

はあとびあ調理室にて、美浜町食生活改善推進員六彩会のみなさんのご指導のもと、ヘルシーカレーライス・トマトのおかか和え・豆乳を入れた白豚汁・フルーツサラダの4品を21名が4班に分かれて和気あいあいと作り、おいしくいただきました。薄味ですが野菜本来の旨みを感じるヘルシーなメニューで、フルーツサラダはサイダーを注いでサッパリしたりと新



やってみよう! 嚙下体操

1 姿勢 リラックスして肩上げた姿勢をとりまわす。

2 深呼吸 お腹に手をあてて、ゆっくり深呼吸します。

3 首の体操 ゆっくり後ろを振り返る。左右とも行う。

4 肩の体操 両手を頭上に挙げ、左右にゆくと息を吐く。

5 口の体操 口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりと噛み合わせたりを繰り返す。

6 顔の体操 顔をふくらませたり、すぼめたりする。

7 舌の体操 舌をへーと出す。舌を頬の奥の方へ引く。

8 口の体操 口の両端をなめる。

9 発音の練習 「パ・ピ・ポ・ボ」「バ・タ・カ・キ」をゆっくり、はっきり、くり返し行う。

10 喉ぼら お腹を押さえてエーンと喉ぼらめをする。



嚙下体操は美容や痴呆にも効果があるので、みなさんもお家でやってみてはいかがですか。

しい料理の発見となり、有意義な時間を過ごすことができました。参加者の方は、家でも作ってみたいとの感想が多く書かれていました。午後からは美浜町健康づくり課の神田管理栄養士による「長寿食について」の講義をお聞きしました。事例をもとに「長寿は食から」のお話はとても興味深く、誤嚥防止の口の体操(嚙下体操)なども教えていただき楽しい講義となりました。

はあとびあ2階会議室にて、敦賀警察署交通課の齊藤警部補をお招きし、交通安全講習会を開催しました。敦賀署管内の事故状況等をお話いただきました。また事故に合わないために自分の運転能力を計るシミュレーション体験を3名が行い、個人個人の運転に癖があり、それぞれに注意しなければならぬ点等がわかりました。参加者43名は、真剣に講義を聴き、交通安全について再確認されていました。冬期間の夕暮れ時は特に注意です。運転者も歩行者も気をつけましょう!

交通安全講習会 9月25日



美浜町体育センターにて、美浜消防署の方による消火器の取扱いと応急手当の講習会を開催しました。参加者25名は本番さながらの消火器の実演と人形を使っての人工呼吸法等を実習しました。いざという時に慌てず落ち着いて行動できるよう、毎年受講してくださいね。

消火器取扱い・応急手当講習会 12月2日



美浜町体育センターにて、ニチイ学館の講師を招き、介護施設での補助業務の講習会を実施しました。利用者の方との接し方や車椅子の使い方等を学びました。

介護補助講習会 11月24日



県主催の講習会の実施

接遇講習会

6月15日

美浜町体育センターにて、福井美容製菓専修学校から講師を招き、主にお客様と接する機会のある会員を対象に接遇講習会を開催しました。

口角をあげる顔の体操やお客様に笑顔で接するための心得を学びました。



子育て支援講習会

11月5・6日

美浜町体育センターにて、ニチイ学館から講師をお招きし、調乳やオムツ交換等の実技演習と絵本の読み聞かせ等の講習を受けました。主にあおなみ保育園で行っている一時保育に就業している8名の会員が受講しました。



独自事業の取り組み

平成27年3月1日に久々子の水神公園横に「シルバーシヨップ湖畔」を開店しました。就業機会の拡大・啓発活動・集いの場の提供等を目的として、先進地視察での他センターの取り組みを参考にナビフェス出店の「じゅんかん市場」を発展させて「不用品販売の受託・軽食・喫茶」を手始めに不安を抱えての開店でしたが、日替わり定食や弁当受注を取り入れる等、関係会員の献身的な努力により、10か月経過した昨今ではリピーターも増え、各方面から「安くて美味しい」との好評をいただくようになりました。

また4月5日と11月29日に同店舗前で「シルバーまつり」を開催しました。日頃の感謝に餅つき・しじみ汁のふるまい、たこ焼き・焼きそば・焼き鳥・おでん等の販売を行いました。残念ながら両日も雨でしたが多くの方にお越し



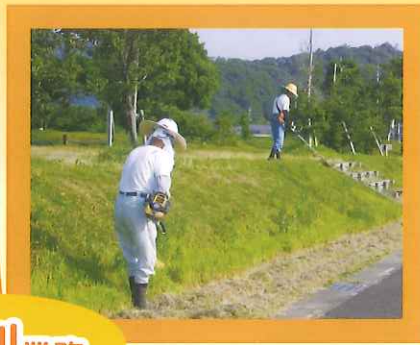
いただき、盛況のうちに終えることができ、当センターの心意気を知っていただくよい機会となりました。

今後も情報収集や先進地視察等により、当センターに合った独自事業の開発を検討し就業拡大につなげていきたいと考えています。

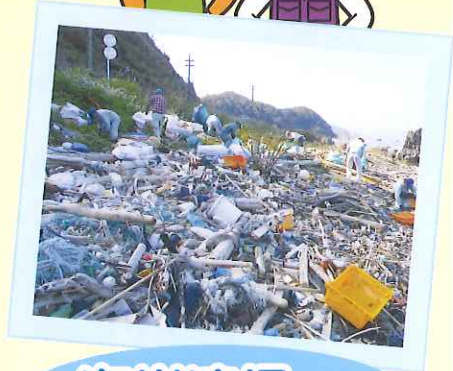
湖畔では会員のまごころがこもった手作り料理でもてなしております。

ぜひ、お立ち寄りください。お待ちしております。





草刈業務



海岸清掃業務

平成27年度

会員の活動の様子



レガッタコース
設置・撤去業務



総合体育館
清掃業務



互助会では、11月9・10日に能登方面へ親睦旅行に行きました。初日は能登島水族館へ行き和倉温泉泊。宴会では演芸で大盛り上がりでした。2日目は輪島の朝市へ行き、千枚田を見学しました。雨にもあたらず楽しいバス旅行になりました。

12月2日に輪投げ大会を開催し31名が参加されました。惜しくもパーフェクトを逃した山崎幸雄さんが優勝されました！誰でも参加できる輪投げです。跳び賞もありますので、来年度はぜひ参加してみてください！

次は3月3日にゲートボール大会を開催します！多数のご参加をおまちしております。



互助会だより



今後の予定のご案内

1 障子・襖貼り替え講習会

【日時】平成28年1月25日(月)
午前10時から午後4時
【会場】美浜町体育センター
【内容】障子と襖の貼り替え方を基礎から講習

2 ボランティア活動

【日時】平成28年2月8・15・22日(月)
午前9時から11時
【会場】美浜町体育センター
【内容】介護用品作り(古布切り等)

3 刈払機講習会(予定)

【日時】平成28年3月
【内容】刈払機の取扱いについての講習会を予定
詳しいことが決まりましたらハガキ等でお知らせいたします。

4 剪定講習会(予定)

【日時】平成28年3月
【会場】美浜町総合運動公園
詳しいことが決まりましたらハガキ等でお知らせいたします。

シルバー人材センター 会員募集の お知らせ



町内に住む、概ね60歳以上の健康で働く意欲のある方を募集しております。シルバー人材センターに入会し、あなたの豊富な経験と技術を生かし、活動してみませんか。いつでも入会できますので、お気軽にお申込み下さい。申し込みを希望される方は、事前にご連絡をお願いします。

お申し込み

電話 32-5144

会員数

平成27年
12月末現在

年齢	男	女	計
70歳以上	83	60	143
65~69歳	39	34	73
64歳以下	7	17	24
計	129	111	240

あ
と
が
き

新年あけまして
おめでとーございます



今年の干支「申」は、十二支の9番目に数えられ、「さる」という響きから、申年には悪いことが去る、病が去るなど縁起が良い1年とされています。

申年生まれの方は、周囲にいただけで自分も周りも明るく楽しくすることができ、油断ならないと思われがちですが、本当は楽しいことが大好きで積極的に動ける人なんだそうです。

もし周りに申年生まれの方がいるなら2016年はこの人と一緒に行動してみてはいかがでしょう。自分では考えつかなかった事や新しい発見がたくさんできるかもしれません。

ちなみに、当センター会員の申年の方は昭和7年生まれの方が3人、昭和19年生まれの方が13人いらっしゃいます。

おさるさんのような行動力を発揮して元気よく楽しい2016年にしたいですね！
(事務局)