

会報

さわやか

第 73 号

発行者 公益社団法人
綾瀬市シルバー人材センター

住 所 綾瀬市落合北7-1-20

電 話 0467(70)3088

発行日 令和元年9月1日

会員数 653名(令和元年8月1日現在)



『損害事故・傷害事故ゼロ』を目標にしよう

自分の発するSOSに気付こう

『安全は全てに優先し、そして、自分の安全は自分で守る』



忘れていた

確認しな
かった

急いで
いた

うっかり
した

体調が
すぐれない



『安全で安心』な就業

ほかの人のSOSにも
気づいてあげましょう！

自らが基本に立ち返って、
『安全で安心』な
就業を実践しよう！



安全・適正就業委員長
山口 廣 幸



安全パトロールを続けています

私はだまされる？

鞆を忘れた！ あなたのキャッシュカードが他人に使われています！ 最終通告！
裁判のお知らせ葉書！ どっきりする話！ それって詐欺でしょう。

固定電話をお持ちの方、

- 普段から留守番電話設定に
- 録音通告機能付き電話に買い換え
- 用件はスピーカーホンで聞きましょう。受話器で聞く音声では、だまされます。

1チャンネルで午後6時半頃放送の「だまされない劇場」を見ましょう。普段だまされないひとも、だまされるのです。相談は 消費生活センター「188」に電話



令和元年度 定時総会開催

令和元年5月30日(木)午前10時からオーエンス文化会館小ホールにて開催された。当日は会員78名が参加されました。(議決権行使提出者470名、総会員数は642名)



笠間理事長から冒頭、平成30年度の事業状況、会員

状況、就業安全対策状況等の概要が報告され、令和元年度も会員の増加、安全衛生への積極的な取り組み、仕事を通じた仲間作り、高齢化に対応した一層の努力を進めるとの表明がなされた。



ご来賓には見上副市長、松澤市議会議員、綱嶋県議会議員がお出でになり祝辞をいただきました。総会審議に先立ち22名の会員表彰が行われました。見上副市長は、魅力ある地



域作りには高齢者の知識や経験が重要であり、それは地域としての中核的な存在であるシルバーが重要であると述べられた。

松澤市議会議員はシルバー会員の経験、知識、技術を生かし生涯現役で活躍することを願うとともに、市としてもシルバー会員の社会貢献をサポートし、市民の就業機会拡大を図りたいと述べられた。



網嶋県議会議員は、人生100歳時代を迎え、働き方改革が推し進められる中、日本の企業でほしい人材として高齢者に働いてもらうのも一つの選択肢であり、シルバーは地域企業にとって大切な存在と述べられた。総会議長には、出席会員から小林繁紀さんが選出され、報告事項2件、審議事項4件が上程されいづれも賛成多数で可決された。

会員表彰式 おめでとーございます

表彰式は、桜田選考委員長の司会で、10年以上の在籍かつ就業実績のあった22名に、理事長から表彰状と記念品が贈られました。

表彰された方(敬称略)

- | | |
|--------|---------|
| 花井 敏雄 | 長山 三千子 |
| 鈴木 和子 | 草川 憲子 |
| 稲川 実 | 江口 隼人 |
| 新井 知恵子 | 宗田 繁一 |
| 高橋 重男 | 星野 秋生 |
| 富田 廣之 | 笹岡 信男 |
| 風間 康之 | 岸本 じゅん子 |
| 菊地 安美 | 菅 義史 |
| 久保 辰男 | 三船 一馬 |
| 土屋 二郎 | 熊谷 博 |
| 宮澤 征次 | 石見 重子 |



理事会だより

本年度 毎月開催している理事会は
第1回 4月26日(金)
第2回 5月9日(木)
第3回 5月29日(水)
第4回 6月26日(水)
第1回、第2回、第4回はシルバーワークプラザ会議室、第3回はオーエンス小ホールで開催。

主な議題は、正会員の承認、各委員会報告等の他、第1回理事会では会員表彰案、新入会員説明会用DVDの見直しの検討、第2回理事会では総会資料、準備等について確認がなされました。

第4回理事会では、令和元年度収支補正予算、職員の給与に関する規程の一部改正、投書について討議がなされました。

理事の紹介

5月の総会にて理事・監事が改選されましたので紹介いたします

- | | |
|------|---------|
| 理事長 | 笠間 善晴 |
| 副理事長 | 間中 義 |
| 常務理事 | 加藤 行数 |
| 理事 | 佐藤 稔 |
| | 佐々木 美代子 |
| | 堀口 まさ代 |
| | 知久 誠 |
| | 田崎 政男 |
| | 清水 健吾 |
| | 岩井 勇夫 |
| 監事 | 山口 廣幸 |
| | 坂田 俊昭 |
| | 坂口 恒雄 |
| | 中山 ふく |
| | 見上 孝雄 |
| | 三枝 利行 |



せて頂きま
した。講師
は「株やま
びこジャパ
ン東京支社」
の中村さん
と「J Aさ
がみ」の清
水さん、及
び事務局の
皆様で、い
ろいろ指導してもらいました。参加



大上 中澤 文雄

草刈払機操作講習会に
参加して

者は8名でした。参加
梅雨時期でした
が、雨に降られ
ず助かりました。
私自身「草刈
払機」は初めて
の体験で、自分
及び他の人に怪
我をしないさせ
ないように事前

6月12日
(水)にスポー
ツ公園で行わ
れた令和元年
第1回「草刈
払機操作講習
会」に参加さ

動バリカン、脚立等々いづれも安全
剪定バサミ、太枝切りバサミ、電
材の説明から始まりました。



生8名参加の
開かれ、受講
能講習会」が

6月19日(水)城山こみちのほぼ

深谷 比留川 三郎

植木剪定技能講習会に
参加して

移動が難しいことを体験してみても
解しました。講習会に参加させて頂
きありがとうございました。



に勉強はしてみました。実際に講
習会に出て安全な点検・使用方法が
理解できました。講習会では作業前
作業後の点検、使用時の禁止・注意
事項、安全
な作業方
法、及び草
刈払機の刈
刃に絡みつ
いた草の除
去方法等を
丁寧に教え
て頂きました。また、草刈作業では
体と草刈払機が一体となつての重心
移動が難しいことを体験してみても
解しました。講習会に参加させて頂
きありがとうございました。

うござ
います
配慮あ
りがと
うござ
います

指導ご
事務局のスタッフの方々、丁寧なご
方、講師の先生方、
いこうと思ひます。講師の先生方、
方、講師の先生方、
方、講師の先生方、
方、講師の先生方、

体験しました。



生垣の刈り
頂きました。

した。



な使用方法を説明して頂きました。
樹木と枝の種類、剪定時期、花芽の
開花等は詳
しいテキス
トにより説
明を受けま
した。

「シルバー祭り」のご案内

当センター主催の「シルバー祭り」を開催します。
日時：令和2年1月25日(土)10:00～15:00
場所：オーエンス文化会館小ホール
テーマ：「ふるさと」

祭りの詳細は後日
お知らせします。
ご家族、ご近所の方、
お誘いあわせの上、
お越してください。



昨年の会場風景

「シルバーの日」のお誘い

日時：令和元年10月19日(土)9:00～12:00
場所：綾瀬市内の緑地
皆様、奮ってご参加ください。(詳細は後報)



昨年の風景

第30回 緑化フェア報告



5月18日（土）に花と緑に囲まれた光綾公園で開催された「綾瀬緑化フェア」に当センターも参加

しました。

今年の当センターのテーマは「自然と遊ぶ創造の世界」です。体験コーナーでは綾瀬市の花であることにちなみ折り紙で作るバラが大人気でした。



その他自然の材料で作るリース、竹笛、カスタネット、ぶんぶん駒などの工作教室、それにシャボン玉が大変好評でした。

第9回展示会開催



平成23年から、タウンヒルズ様のご協力を得て、毎年開催してまいりました展示会は、今年は7月22日（月）～26日（金）の5日間タウンヒルズ1階セン

ターコートで開催。

夏休み中ということで、お子様向けに行った定例の「お名前シール」のプレゼントが大人気でした。



「折り紙で作るバラの花」「木のプレート作り」「貝殻ストラップ作り」も好評でした。



市の健康づくり推進課による、骨健康度測定（骨密度）も行われていました。また、「アクティブシニアの就労支援相談」コーナーも設けました。



神奈川県全域で

自転車条例制定

条例の概要

神奈川県は、県内での自転車対歩行者の交通事故の増加や重大事故の発生を受け、自転車の安全で適正な利用の促進と自転車損害賠償責任保険



自転車条例を制定

乗る人みんな 保険に入ろう！



神奈川県は自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例を制定。10月の施行化

等の加入義務化を柱とした条例を平成31年4月1日に制定しました。

条例内には、高齢者や幼児・児童が自転車を利用する際にヘルメットや手袋等の着用を促進する内容を含んでいます。

但し、自転車損害賠償責任保険等の加入義務化については、令和元年10月1日の施行となります。保険については、自転車保険の他に自動車保険や火災保険などの特約があります。加入の際は注意確認をして下さい。

★自転車保険：年齢を再確認！
★総合保険：個人賠償責任保険の特約を再確認、示談サービスも重要

「ポスター、条例の概要」については、神奈川県並びに綾瀬市のホームページを参照

会員の皆様へ

会員紹介キャンペーン

期間限定
お知り合いをご紹介ください
プレゼント差し上げます

期間 令和元年7月1日～2年1月31日

独自事業等開発運営委員会
☎ 0467-70-3088

シルバー会員募集！

さわやか通信ひろば

私のベストセラーブック

お地蔵さん(土仏)

との出会い
落合 原山 孝子



お地蔵さん(土仏)との出会いはある互助会の便りを読んでピンとくるもの

があり習い始めました。先生は、とあるお寺の住職で気楽に世間話に花を咲かせて下さるので楽しんで学んでおります。作っている最中は、想像ではこうゆう形なのに、なぜ? どううまくできない自分に苛立ってきます。下手なりに味が出てくるものだと納得し今は満足しております。



作り方(陶芸)
土をお地蔵さんの形にして作るだけ、それを先生が窯で焼きあげてくれます。生徒さんの作品の一部は新宿の京王百貨店と横浜そごうで一週間展示即売をし、利益はラオス



お地蔵さん。の小学校の建設資金にしています。私はいま少ししか貢献して

出張理美容

落合 平本 啓子



きっかけは、独自事業等開発運営委員の一人として4年前から参加させて

て頂いております。その委員会の会議の中で「出張理美容」を立ち上げて頂いたのがきっかけになりました。(以前から個人で在宅理容をやっていました) 仕事はお客様のお宅に伺いカット、毛染等の仕事をさせて頂いております。殆どの方が理美容院に行きたくても足が悪かったり、家から出られない事情の方が多く、感謝されています。その方達のお手伝い(お役に?)が出来る事を私もお客様に感謝しております。

健康シリーズ⑭ 知ろう、防ごう 「転倒(ころび)」

僅かな段差につまずいたり、前にあるもの(あるいは人)をよけきれずに、よろけたり、転んでしまったという、体験や見聞きしたことはありませんか(ありますよね!) 転倒は介護になる可能性も高いといえます。

★要介護となる主な原因

① 認知症	19%	(男15・女21%)
② 脳卒中	15%	(男23・女11%)
③ 高齢化	14%	(男11・女15%)
④ 骨折	13%	(男7・女15%)

資料「厚生労働省・国民生活基礎調査」



今は、お客様のリピーターが8割位になりました。

★在宅理容をお願いした 佐々木美代子さんの感想

自分以外の美容院でやってもらうことができるけれど、寝たきりの母を今回やつてもうれしかった。丁寧な仕事でした。平本さんが明るい性格なので母もリラックスしていました。(このサービスをご利用できる方は条件があります。)



転倒を起こしやすい要因は左の表のようになります。

- ★身体機能の低下
- ① バランス障害 (よろける)
 - ② 視力障害 (確認が遅い)
 - ③ 感覚不足 (高低感)
 - ④ 筋力低下 (足が上がらない、すり足)
 - ⑤ 認知障害 (危険物の判断)
 - ⑥ 血圧、心拍動障害 (めまい)



- ★薬の副作用
- ① 注意力に影響を及ぼす薬 抗不安薬、睡眠薬など
 - ② 血圧を下げる薬 降圧薬、利尿薬など (持病などにより服用している薬も複数になりがちです、主治医に相談しましょう)



予防は下半身の筋トレで!

・速足で歩く距離を伸ばす。
また、転倒の発生場所はなんと住宅内が60%!。段差をなくす、障害物を置かない、手すりを付ける等、転倒しにくい環境にしましょう。
「最近よくつまずく」「転びやすくなった」「よけるのが遅くなった」など、何か気になる症状が現れた場合には、自己判断せず主治医に相談することをお勧めします。

具合が悪くなった時の家庭での対処方法や受診の必要性については「あやせ24時間健康相談」まで(801201192161)を

