

くすのさ

《題字》
筆耕同好会 山崎善子書

恭賀新年



元旦

穏やかで和やかな
一年になりよし

賀詞 筆耕同好会 梅本國弘書
押絵《酉》手芸同好会 西野純子作

contents

- | | |
|--|-------------------------------|
| ●新春を迎えてのごあいさつ
公益社団法人 和泉市シルバー人材センター 理事長 油谷 巧 2 | ●職場探訪(選挙関連業務)・各種教室の紹介 4 |
| ●新年のごあいさつ 和泉市長 辻 宏康 2 | ●ふおとぎやらりー・同好会だより 5 |
| ●安全就業ニュース・レッツ! 健康 3 | ●めぐ~るバスでいずみウォッキング 6 |

新春を迎えてのごあいさつ



公益社団法人 和泉市シルバー人材センター
理事長 油谷 巧

皆様、明けましておめでとうございます。

会員の皆様には、思い新たに清々しい初春をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

平素より、皆様方には地域における経済活動を支える一員として、またボランティア活動へのご参加など、地域になくてはならない存在として幅広い分野でご活躍をいただき感謝の念に堪えない次第でございます。

さて、我が国の少子高齢化は益々進展しております、若者や現役世代の人々が激少し、高齢者が多い時代になつて参りました。

これからは、社会・経済活動のマンパワーの不足を豊富な知識と経験を持つ高齢者に対し、活躍が一層求められる時代になつてまいります。

このような社会・経済情勢の中で、シルバー人材センターの存在は大きな重要性を帯びてきていています。高齢者が、仕事やボランティアを通じ、「やりがい」や「生きがい」を見つけることは健康の保持・増進にも大きく繋がっていくものと思っています。またこの一年間、皆様方にはご苦労をお掛けすることになると思いますが、宜しくお願ひいたします。

結びに、これから寒さが増す季節となりますが、健康には十分留意され増々のご活躍をご健勝、ご家族皆様のご多幸を心よりご祈念し、新春を迎えてのごあいさつといたします。

新年のごあいさつ



和泉市長 辻 宏康

新年あけましておめでとうございます。

皆様方には、輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

平素より、理事長の油谷様をはじめ、役員並びに会員の皆様には、和泉市発展のため、高齢者福祉の向上はもとより市行政の各般にわたり、多大なるご支援、ご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

我が国では、65歳以上の高齢者が3,390万人を越え、政府は、急激な少子・高齢化社会の進行に対応するため「一億総活躍社会」を掲げ、「子育て支援の充実」「安心につながる社会保障」などをめざしています。

和泉市では、このような状況において、生涯住み慣れた地域で住まい、介護、医療、予防、生活に必要な支援が受けられる「地域包括ケアシステム」の構築に向け、日々取り組んでおります。

このような中、シルバー人材センターに登録されている会員の皆様は、日々技能研鑽に努められ、専門技術からサービス業に至るまで幅広い職域でご活躍しております。貴センターには、長年の実績をもとに、会員組織を一層充実され、拡大・多様化する地域の求人ニーズに応えていただきますことをご期待申し上げます。

結びに、和泉市シルバー人材センターのますますのご発展と、会員皆様方のご健勝とご活躍を祈念申し上げまして、新年の挨拶とさせていただきます。

「見逃すな ヒヤリで済んだ あの経験」

安全は全てに優先する

安全就業ロゴースト 安全対策委員会

**無事故を目指し、
100%力丸マー刃就業を宣言!!**

当センターにおける過去5年間の賠償事故は、75%（24件中、18件）が草刈（機械刈り）による事故となっています。従来の草刈機（チップ刃を使用）の作業は、小石や欠けた刃の破片の飛散が原因で、現場周辺の家屋や車両等を傷つける賠償事故や、人身事故（※）に繋がる危険性がありました。

そのため安全対策として飛散防止ネットの使用や安全性が高いとされる草刈刃の試験的使用などを行ってきました。その結果、チップ刃等の使用では飛散による事故を防ぐことができないため、平成29年度より使用する草刈刃は、飛散が極めて少ないバリカン式の刃（カルマー刃）に全面的に切り替えることになりました。

※ 全国シルバー人材センターにおける小石等の飛散による人身事故例

① 走行中の車輌のサイドガラスが破損し、粉々に碎けたガラスが乗車していた児童の顔に飛散して傷をつけた。

② 就業会員の目に当たり、失明。

③ 走行中の車輌のサイドガラスが破損し、運転手が急ブレーキを掛けたことににより、後方を走行していたバイクが車輌に衝突した。

このことによって、作業効率や費用においてシルバー人材センターをご利用いただくお客様や作業会員さんにご負担をお掛けすることになりますが、安全・安心を最優先とするシルバー事業にご理解とご協力のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

レッツ！ 健康

Vol.3

元気で長生きをしたい！

健康寿命を延ばす鍵は、「筋肉」です。

運動器“骨・関節・筋肉”を自分の意志で動かし、筋力アップ体操を始めましょう。

【1】足の後ろ上げ

姿勢バランスの保持に必要な、お尻・背中の筋力の強化

- ① 両足を少し開き、椅子等の端をつかみ上半身を45度位前に傾ける。
- ② 膝が曲がらないように片方の足をゆっくりと後に上げ、そのまま1秒間保ち元の姿勢に戻す。
- ③ 足をかえで同じように繰りかえす。

【2】簡単スクワット

立ち座り・階段昇降・

転倒予防に必要な、足腰の強化

- ① 両足を肩幅より少し広めにして立ち、上体をまっすぐにしたまま1・2・3・4と数えながら4分の1程度膝を曲げて腰を落とす。
- ② 続けて1・2・3・4と数えながら膝をのばし元の姿勢に戻す。
- ※ 転倒の不安がある場合は、椅子等を支えにしましょう。

【3】かかと上げ

しっかりと歩き方に必要な、ふくらはぎの筋力強化

- ① 両足を軽く開き、両手で椅子の背をつかんでまっすぐに立つ。
- ② つま先を軸に1・2・3・4でゆっくりと両方のかかとを上げ、続けて1・2・3・4でかかとを下ろし元の姿勢に戻す。

【1】・【2】・【3】の体操をそれぞれ10回を1セットとして、1日1セットから始めましょう。

職場探訪



さあ！1軒のもれなく全戸配布へ。



和泉市で選挙が実施されると、和泉市選挙管理委員会からの委託を受け、次のような選挙関連業務をなうことになります。
今回は、この選挙関連業務に従事している会員の姿を紹介します。

❖選挙公報配布業務 約100人就業

約8万部の選挙公報が納品されると、配布担当会員別に梱包し、市内の全戸に配布します。

選挙関連業務



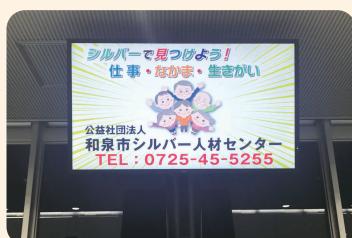
❖投票所の設営・片付け 約70人就業
市内58投票所の会場の設営や後片付けを行います。終了後には、機材等を倉庫に搬入し、次の出番に備えます。



❖期日前投票受付事務 約50人就業
和泉市役所と和泉シティプラザの2ヶ所で期日前投票が行われ、各会場に会員を派遣します。

就業前に必要な知識やマナーを習得します。

広告放映中！



JR和泉府中駅 改札前



和泉市役所 市民室

和泉市役所市民室の番号案内表示や和泉府中駅・ららぽーと和泉等の和泉市情報発信モニターに、当センターの普及啓発用広告を放映しています。
順次、放映していきます。少しお待ちいただきますが、ぜひご覧になつてください。

各種教室の紹介

センターの会員が講師になり、下記の教室を開催しています。
どなたでも参加できます。詳細は、事務局までお問い合わせください。

絵画教室

●毎月第1・第3土曜日
午後1時～3時

月謝 三、一四〇円

着物着付け教室

●毎月第2・第4土曜日
午後1時30分～3時30分

月謝 三、一四〇円

洋裁教室

●毎月第1・第3木曜日
午前10時～正午

月謝 二、一六〇円

英会話教室

●毎月第2・第4木曜日

午前10時～11時30分

午後1時30分～3時

月謝 二、一六〇円

○お問い合わせ

(公益社団法人)
和泉市シルバー人材センター
☎ 0725-45-5255

○開催場所

和泉市室町674-58
(彩生館内)シルバー作業所

ふとぎやらい

《平成28年7月～12月》

市制60周年記念事業



7月 歌謡ショー受付業務



10月 だんじり記念式典清掃業務



9月 就職情報フェア

10月 普及啓発活動



オークワ和泉小田店



オークワ納花店



南池田げんきっ子プラザ事業



11月 駐輪場管理業務研修



12月 交通安全講習

同好会だより 手芸同好会をズームアップ

■開催日は、毎月第2木曜日 ■午後1時～午後4時 ■場所：総合福祉会館（1階和室）

今回は、手芸同好会（代表者川崎チヅ子氏）を取りました。取材日（10月13日）は、総合福祉会館の1階図書コーナーにある展示ケースに作品を展示する日でした。

展示作品の内容は、●押絵（色紙に干支の酉）・木目込み ●編み物（手指編みもあり） ●アクセサリー（素材は発泡スチロール製の軽量タイプなど） ●ポーチ（パッチワーク他） ●スラッシュバッグ他、たくさんの色とりどりの小物類が、展示棚に華やかにおさまりました。



会員の声

手芸が好きで、参加しています。皆で同じ作品を作ることや自分の作りたいものを自由に作れるのも嬉しい。皆さんとのおしゃべりも楽しめます。

取材感想

ひとつひとつの手作り作品を愛おしく作り、展示される様子から作品への思い入れが感じられ、温かい気持ちにさせていただきました。
(土井・花田)



●講師より

材料は、皆さんの希望を聞きながら用意をしています。作品材料はカタログを見て注文します。

また、あまりお金をかけずには再利用にも心がけています。中には技術を必要とする難しいものもありますが、初心者でもつくれるものもあります。興味のある方や、私も仲間にと、お思いの方は是非一度見学に来てください。

同好会の紹介

●歩こう会
●毎月第1～第4金曜日

●英語同好会
●毎月第3日曜日

●カラオケ同好会
●毎月第1・第3土曜日

●ゴルフ同好会
●毎月第3金曜日

●男性調理同好会
●毎月第1・第3水曜日

●筆耕同好会

●ボウリング同好会
●毎月第2・第3金曜日

●ボランティア同好会
●毎月第2・第3金曜日

●同好会への入会を希望される方は、事務局までお問い合わせください。



めぐ~るバスで いすみウォッチング Vol.4



めぐ~るバス施設巡回バス北部ルートを利用してのウォッチング! 今回は、鶴山台センターのバス停から、少林山「蔭涼寺」と「信太の森ふるさと館」を訪ねました。

信太の森の鏡池史跡公園

信太の森ふるさと館 (和泉市王子町914-1)



鶴山台センターバス停から徒歩数分の所に「信太の森ふるさと館」があります。街角の小さな博物館は、学びと癒しの空間へ誘ってくれます。取材当日は「陰陽道の世界」の特別展示があり、学芸員の熱のこもった話を聞くことができました。2017年最初の特別展は「児童絵画展」です。館の前には葛の葉伝説の舞台と伝えられる鏡池があり、ハスの花がきれいでした。



少林山 蔭涼寺 (和泉市尾井町 337)



「少林山蔭涼寺」は曹洞宗永平寺に属し、寛永元年(1641年) 鉄心道印禪師が開基したお寺です。参道の両端には桜の木がたくさんあり、春は美しい桜のトンネルが参拝者を出迎えてくれます。

本堂の前に進むと2本のこんもりした木が目に入ります。府の天然記念物に指定されている「銀木犀」です。住職の奥様の話では、樹齢約400年で、例年彼岸の頃から10月初旬までの2週間は、かわいらしい花と甘ったるい香りを楽しむことができるそうです。しかし、今年は異常気象の影響なのか、開花時期や咲いている期間に変化が生じているそうです。いつもは開けていない本堂の廊下の「血天井」を見せていただくことが出来ました。大坂夏の陣で敗走し伏見桃山城の廊下で自刃した豊臣方の将兵の血による手の形や鎧の帷子、足跡などが今なお残っています。これは、河村瑞賢が寺の建設にあたり伏見桃山城の古材を用いたためだそうです。

(竹中・三渕)

春・秋施設巡回めぐ~るバス(3・4・10・11月の日祝)を利用する場合は、鶴山台センターバス停で降車してください。
平日のめぐ~るバスを利用する場合は、山荘バス停で降車してください。

【めぐ~るバスのお問い合わせ先】 ● 和泉市役所道路河川室 (0725-99-8145) ● 南海バス (0725-56-3931)

【編集後記】

新年明けましておめでとうございます。皆様には、清々しい気持ちで新春を迎えたこととお喜び申し上げます。新年号(第60号)を発刊させて頂きました。表紙は、今回も手芸同好会、筆耕同好会皆様のご協力を頂きました。活躍されている会員さんの姿や親睦を深める動き、参考になる情報など、会員ファーストを第一に、広報委員一同編集に取り組みましたが、いかがでしたでしょうか。会報「くすのき」では、もっともっと会員さんの情報やアイデアを反映したいと願っています。当センターは今年7月に設立35周年を迎えます。会員数、事業実績も着実に増加しており、うれしい限りです。設立35周年を記念して、次号の「くすのき」ではより充実した記念号にできるよう懇意のないご意見やご要望をお聞かせください。また、趣味や特技などの各種投稿もお待ちしています。本年も健康で、生き生きとご活躍されることを心よりお祈り申し上げます。

広報委員会一同

【発行】 公益社団法人 和泉市シルバーパートナーズ

〒594-0071 大阪府和泉市府中町四丁目20番2号 TEL 0725-45-5255 FAX 0725-45-5533 ※電話番号は、お間違いないようにおかけください。
HP <http://www.izumisilver.com/> Eメール izumi-sc@cello.ocn.ne.jp

企画・編集 広報委員会／制作・印刷 真和印刷(株)