

くすのき

《題字》
筆耕同好会 青木悦子書

謹んで
初春の
お祝詞を
申しあげ
ます

元旦



すばら
一年と、
どうますように

賀 詞 筆耕同好会 池本幸子書
押絵《戌》手芸同好会 倉田菊子作

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・簡単料理レシピ 4 |
| ●新年のごあいさつ 和泉市長 辻 宏康 2 | ●会員のひろば・同好会、各種教室の紹介 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チング・編集後記 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、新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様方には、ご家族団らんのもと気持ちも新たに初春をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

会員の皆様方には、地域になくてはならない存在として、地域経済活動をはじめ、ボランティア活動などにご活躍をいただき、深く感謝申し上げる次第でございます。

和泉市シルバー人材センターは会員お一人おひとりのご活躍のお蔭で、ここ数年の年間契約実績額は好調となつております。平成28年度の実績を見ましても大阪府下37拠点中上位に位置しております。好調さが伺えます。

少子高齢化がますます進展して行く中につき、シルバー人材センターの存在と活動内容をもつと市民及び市内の企業に知つていただき、今まで以上に地域の理解のもと、高齢者のさらなる活用をいただきたいと思つています。

会員数については、全国的にここ数年減少傾向になつております。和泉市シルバー人材センターについても例外ではなくその傾向が若干伺えます。

また、会員の平均年齢も年々高くなつてきており、現時点で71歳を超える状況になつています。

したがつて、今後情宣活動の中で比較的若い人の入会も促進しながら、女性の入会も増加させていかなければと思つています。

この一年間、皆様方には仕事、ボランティア活動に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、これから暫く寒い真冬の季節になりますが、風邪など引かないよう健康にはご留意いただき、増えのご健康、ご活躍、ご多幸をご祈念いたしまして、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、平成28年には65歳以上の高齢者が3459万人、高齢化が27・3%となり、政府はこの少子高齢化問題に対し「一億総活躍社会」の実現を目指し、「希望を生み出す強い経済」、「夢をつむぐ子育て支援」、「安心につながる社会保障」の「新三本の矢」の取り組みを進めています。

和泉市では、このような状況において、「子育て・教育の充実」「医療・福祉の充実」「防災・防犯の充実」の「三つの充実」に取り組んでおり、その中でも、高齢の方方が住み慣れた地域で、いつまでもいきいきと暮らしていくけるよう、高齢者の社会参加を推進し、住民相互の支え合いにより地域課題を解決していくことを目指しています。

このようなか、長年培った知識や技能を活かして、積極的に地域社会に参加・貢献され、高齢者の雇用・就業の場を確保し、高齢者の充実した生活に寄与する、シルバー人材センターの役割は、本市のまちづくりにおいて非常に重要と考えております。どうか、今後とも地域社会の支え手としてお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

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。

「事故防止、急ぐな、あせるな、気を抜くな」**無事故を目指し、100%カルマー刃就業を実施!!****賠償事故****草刈機における飛散事故はゼロ!!**

当センターでは、29年度よりチップ刃使用での飛散事故を未然に防ぐため、飛散事故が極めて少ないバリカン式の（カルマー刃）を全面的に導入してきました。

過去5年間における賠償事故は、75%（24件中、18件）が草刈（機械刈り）による事故となっていましたがカルマー刃導入後の成果として、今年度は1件の事故も発生することなく事業を推進しております。

傷害事故

**就業中のハチによる事故が2件発生しました。
冬場の凍結による事故などにご注意ください。**

平成29年度上半期傷害事故

No.	月 日	仕事の内容	性別	年齢	内 容
1	6月23日	草引き	女	72歳	草引き作業において、アシナガバチに右手甲を3ヶ所刺された。
2	8月 2日	草引き	男	66歳	草引き作業において、アシナガバチに左手薬指と手のひらの計3ヶ所刺された。
3	8月10日	家事援助	女	74歳	就業途上において、原付で道路を走行中、右折しようとしたところタイヤが滑り転倒した。

今後も安全・安心を最優先にシルバー事業を進め、**事故ゼロ**を目指しますので、
ご理解・ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

安全就業一コース**安全対策委員会****レッツ！健康****Vol.5****【認知症予防のポイント】
生活習慣から整えていきましょう！****①食習慣**

- ・栄養バランスのとれた食事や適時適量の食事。
- ・食事を抜いたり、食べ過ぎたりしていませんか？
- ・定期的なお通じも大切です。

②運動する機会をもつ

- ・ウォーキングなどの有酸素運動が効果的とされている。
- ・運動方法について教えてもらえる『運動教室』があります。

③人と接する機会を増やす

- ・人とのお付き合いがある事が大事です。ご家族以外にお付き合いのある方を増やしましょう。
- ・いきいきサロンや趣味活動に取り組みましょう

④頭を使う

- ・字の読み書き、計算、ゲーム、調理など
- ・頭を使う機会をもつ
- ※『脳の健康教室』など脳の活性化の方法を教えてもらえるところもあります。

⑤適時適量の睡眠をとる

- ・昼寝は時間を決めて少なめに（30分未満が適量といわれます）
- ・外気や日光を浴びましょう。
- ・かかりつけの歯科医はありますか？

※印の他にも『予防』に関する情報提供を行うことができますので、お近くの『地域包括支援センター』までご相談ください。



職場探訪

学校来校者受付業務

一和泉市立南松尾はつが野学園一

学校来校者受付業務は、平成12年から和泉市の委託を受け和泉市立小学校（全21校）で、77名の会員が就業しています。



今回の職場探訪は、今年4月に開校した南大阪初、大阪府内で2番目となる施設一体型小中一貫校の「和泉市立南松尾はつが野学園」を訪問しました。

☆シルバー会員の就業内容

学園では、3名の会員が交替で就業しています。

就業時間は、平日午前7時30分～9時・午後2時30分～7時の就業時間が基本です。曜日や春休み等の長期間では、就業時間が変更になります。

☆会員の声

今まで、小学校の「学校来校者受付」経験はありましたが、7年生から9年生（中学生）の通学する学校は、初めてなのでどのように接した

りがたく思っています。また、防犯カメラを設置し常に犯罪に配慮していますが、やはり人の目で確認するのが一番だと思っています。そう言う意味でも大いに助かっています。



☆中塚寿次学園長より

学園は、一番に挨拶を大切にしています。シルバーの会員さんは、積極的な挨拶をお願いしていますが、快く協力して頂きあ

る学園の南門に常駐し、朝は学園長や先生方と一緒に、登校してくる児童や生徒を、挨拶で出迎え、午後は下校を挨拶で見送ります。

また、来校者（保護者・給食物資の搬入・教材の搬入等の業者）には、氏名・目的・来校時間を記入していただき、来校証を交付。退校時は、来校証返却等の確認をします。

南門には、インターホンが設置され職員室との連絡が出来ます。また、会員は常にトランシーバーを携帯し、職員室との連絡が出来るようになっています。



上大谷さん 吉良さん 斎田さん

簡単料理レシピ



ライスバーガー・白菜とツナのサラダ
人参のポタージュ

人参のポタージュ【材料(2人分)】

人参	小2本	・塩・こしょう少々
牛乳	200cc	・粉ベゼリ
水	200cc	・生クリーム(ヨーグルト)
コンソメ	小2個	・用フレッシュ) 1個
バター	10g	にかける。

【作り方】

- ①人参は、皮をつけたまま薄い輪切りにする。
- ②鍋に人参と水、コンソメを入れて柔らかくなるまで煮る。
- ③②を少し冷ましてミキサーにかける。
- ④③を鍋に戻し、牛乳を加え煮立つたらバターと塩・こしょうで味を調える。
- ⑤器にそそぎ、生クリームをの字にかけ粉。パセリをふる。

（宮津・森澤）

最後になりましたが、朝のお忙しい時間帯にもかかわらず、取材のために貴重な時間を割いて快く応じてくださいました

（男性調理同好会講師 味谷哲子氏）

会員のひろば

手作りの門松で新年を

光明台 富田 實

写真の門松は、松の枝を購入した以外は身近な所から調達した材料で手作りしたものです。意外と上手くまとまりましたので、紹介させていただきます。

まず孟宗竹の切り口は、精神集中して休まず一気に切り落します。全体を支える鉢は、逆円錐形のプラポットの下の部分にダンボールを腹巻きの様に何重にも巻いて平行にし、畳表を巻く



門松の全景

ことで安定感を出しました。
凧は手製の竹ひごに、絵を描いたコピー用紙を貼り、扇はない知恵を絞つて金色紙を折りました。しかし一番悩んで一番達成感があったのが、梅の花です。コピー用紙を家紋の梅鉢の形に切り、花びらをボールペンのノックの部分でこするとふっくらとなり、梅らしくなりました。

これからも新年にふさわしい門松作りに挑戦して参ります。



白梅のアップ
真ん中のピンクは裏側から絵の具で塗りました。



紅梅の枝振り



◆笹の葉もコピー用紙に針金を貼って……。



お年玉ワシらが欲しい
年金者

お年玉中味のぞいて
お礼言う



〈鶴山台〉村上秀和



〈阪本町〉加納孝子



〈伏屋町〉田代千賀子



編みぐるみ



各種教室の紹介

センターの会員が講師になります。教室を開催しています。

- 毎月第3日曜日
歩こう会

英会話教室

- 毎月第1・第3土曜日
英語同好会

絵画教室

- 毎月第1・第3木曜日
カラオケ同好会

洋裁着付け教室

- 毎月第3金曜日
ゴルフ同好会

開催場所

和泉市室堂町674-58
(彩生館内) シルバー作業所

洋裁教室

- 毎月第2木曜日
手芸同好会

- 毎月第3金曜日
男性調理同好会

- 毎月第1・第3水曜日
ボウリング同好会

- 毎月第4土曜日
筆耕同好会

- 毎月第2・第3金曜日
ボランティア同好会

同好会の紹介

- 各種教室・同好会のお問い合わせは
和泉市シルバーカー材センター
☎ 0725-455-5255



めぐ~るバスで いづみウォッキング Vol.5



和泉市をもっともっと知りたい！と立ち上がっためぐ~る隊。めぐ~るバスに乗って、和泉ウォッキングを楽しみ、紹介してまいりましたが、今号でちょっとひと休みさせていただきます。今回は、施設巡回バスの南部ルートの中で訪れていない施設を3ヶ所ご案内します。



【編集後記】

新年あけましておめでとうございます。新年は、幾つ年を重ねても新鮮な気持ちになるものです。

「くすのき」新年号（第62号）を発刊することができました。快く取材に協力してくださった皆様と、投稿してくださった会員様のお陰と心より感謝しています。

職場探訪では、平成29年4月開校した小中一貫校和泉市立南松尾はつか野学園を取材させて頂き、未来へ伸び行く子どもたちのいぶきを感じることができ、新年号にふさわしいと自負しています。いずみウォッキングでは関西トランスウェイスポーツスタジアム、阿弥陀寺などを紹介しあけの参考にしていただけたらと思います。日々の献立のヒントに簡単レシピを。レツ健康では健康管理に役立てばと思います。読んだ後、一つでも会員の皆様の心にフィットしていただければ幸いです。これからも「くすのき」は、親しみが持て、充実した内容になるよう努めてまいりますので引き続きご投稿ご意見をお待ちしています。

広報委員会一同

【発行】公益社団法人 和泉市シルバー人材センター

〒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
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)

※電話番号は、お間違いのない
ようにおかけください。