

くすのき

《題字》筆耕同好会

安部 正生書



受付業務



駐輪場管理



草引き



家事援助



草刈り（カルマー刃）



チラシ配布

contents

- 理事長あいさつ・平成30年度定時総会報告 2
- シルバー人材センターとは・安全就業ニュース 3
- お客様の声・レッツ健康 4
- 働く会員紹介・ふおとギャラリー 5

- 会員のひろば 6、7
- 私の趣味・簡単料理レシピ
- お知らせ・各種教室・同好会の紹介
- 仕事の募集・会員募集・編集後記 8

生きがいとやりがいを求めて



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、こんにちは。平素より公益社団法人和泉市シルバー人材センター発展のため、ご支援・ご協力いただきありがとうございます。

和泉市シルバー人材センターでは、多くの高齢者の方々が会員となつて、様々な職種に就業されており、生きがいとやりがいを感じて日々過ごされておられます。

何歳になつても何らかの形で社会をはじめ社会活動や経済活動などと繋がっていることは人生にハリを得るためにも重要なことだと思つていきます。高齢になつても、テレビのお守りばかりでなく、家を出て多くの人と接し、適度な刺激を受けて生きいきと生活を送ることは、健康の保持・増進を図るために必要なことです。

多くの高齢者は、若い時のようなパワーやスピードはありませんが、長い人生の中で培ってきた豊かな知恵と様々な経験を持っています。

したがって、社会・経済活動の一助となる高齢者パワーは地域にとつて必要不可欠だと思つていきます。

和泉市シルバー人材センターへの入会動機は様々ですが、平成29年度末での会員数は1,729人で、平均年齢は71・6歳となっています。

今後とも、地域における社会・経済活動の一助となるよう会員一同精いっぱい活動してまいります。

今まで以上に地域に愛され、親しまれるシルバー人材センターを目指してまいりますので、よろしくお願いいたします。

平成30年度 定時総会報告

6月2日(土)、弥生の風ホール(和泉シティプラザ)にて、平成30年度定時総会が開催されました。

油谷理事長の挨拶があり、続いて辻宏康市長、石原日出子市議会議長よりご祝辞を頂き、議長に会員の宮脇庸光氏(鶴山台)を選出して、議事の進行となりました。

審議事項4件承認

平成29年度事業報告・決算報告及び監査報告、定款の変更(一部改正)、役員の選任(補充)、以上4議案を審議し、可決承認されました。

続いて、平成30年度事業計画・収支予算が報告されました。

新役員就任

森光彦理事の退任に伴い、松井雄三理事(和泉市町会連合会推薦)が定時総会において就任されました。

健康講座開催「熱中症対策について」

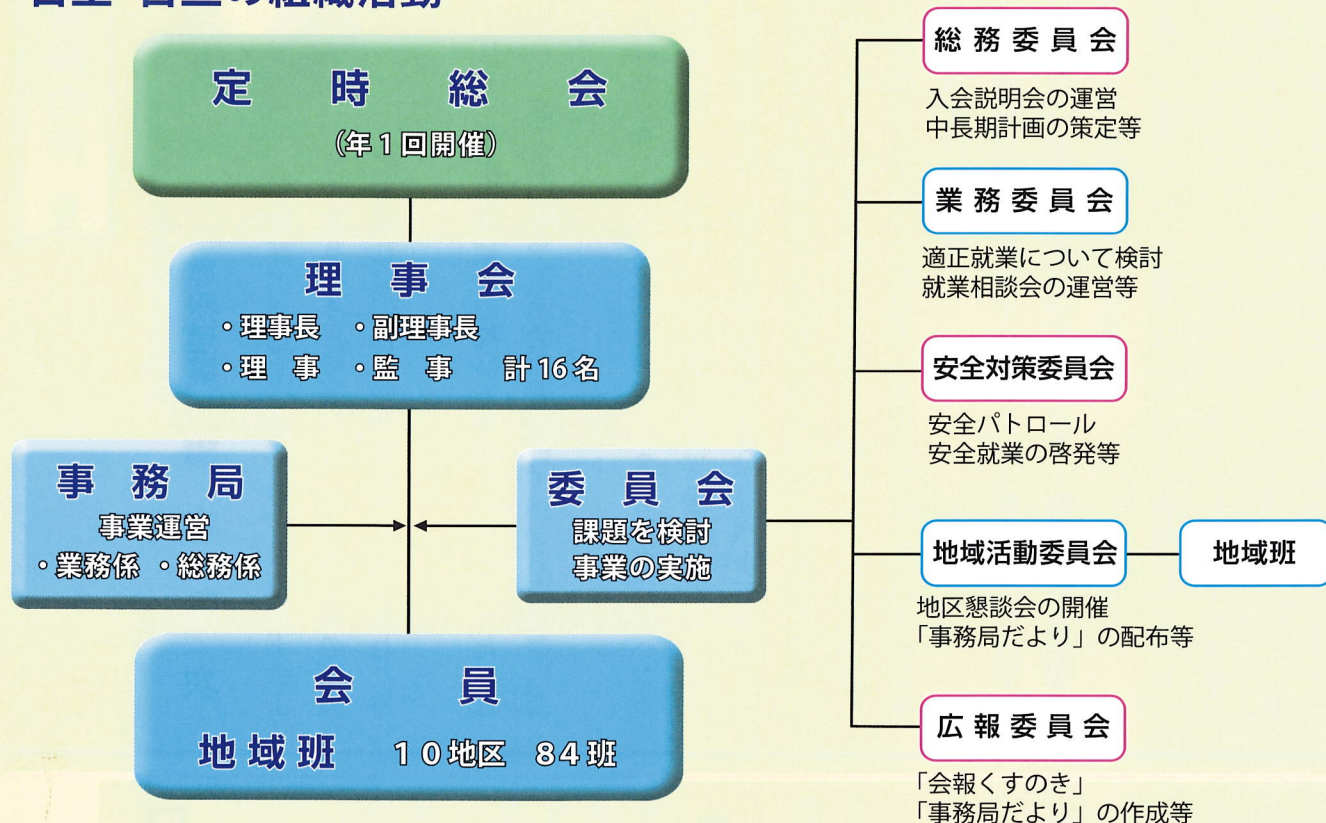
定時総会終了後に、株式会社大塚製薬工場OS-1事業部 山尾雄二氏を講師に迎え健康講座を実施しました。熱中症発症時期でもあり、会場の皆さんは真剣に聞き入っていました。



シルバー人材センターとは

「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」の規定に基づき設立された公益法人です。

自主・自立の組織活動



安全就業ニュース — 傷害事故について —

事故(転倒・転落)が多発!

近年、シルバー人材センターでは、60歳代前半の方の新規入会が著しく減少し、会員の平均年齢も上昇しています。その影響か、今年度に入り就業中や自転車による転倒の傷害事故が多発しています。「安全はすべてに優先する」を基本として、安全就業と高齢者にあった働き方や就業の確保に取り組んでいます。

傷害事故発生状況(平成25年度～30年度9月末)

年度	内容	会員数	平均年齢	傷害事故		
				就業途上	就業中	計
平成25年度		1,741人	70.0歳	0件	4件	4件
平成26年度		1,783人	70.2歳	0件	8件	8件
平成27年度		1,849人	70.5歳	1件	1件	2件
平成28年度		1,796人	71.0歳	3件	2件	5件
平成29年度		1,729人	71.6歳	1件	4件	5件
平成30年度9月末		1,848人	71.6歳	1件	2件	3件



Q. 就業中にケガをした場合、保険はどうなるの?

A. 提供された請負・委任の仕事に就業して事故に遭った場合、シルバー人材センターと会員との間に雇用関係がないことから、労働者災害補償保険は適用されません。万が一、会員が就業中に傷害などを被った場合は、シルバー人材センター団体傷害保険に加入しているので保険の給付が受けられます。

保障内容		
	保障金額	保障期間
死亡	1,000万円	事故日から180日以内
入院	1日当たり 3,000円	事故日から180日を限度
通院	1日当たり 2,000円	事故日から180日以内90日を限度



安全就業全国統一スローガン

「事故防止、急ぐな、あせるな、気を抜くな」



お客様の声



和泉商工会議所

専務理事 橋本 隆次

和泉商工会議所は前身の和泉市商工会より平成6年4月に移行し、市内商工業の振興と地域社会の福祉の増進の為に設立された特殊法人です。

主な事業として、小規模事業者の税務・金融・労務といった経営指導を行ったり、商工まつりや展示会など各種イベントを開催したりしています。

シルバー人材センターさんには、この商工まつりや各種イベントにおいてお世話になっています。商工まつりはご承知のとおり池上曽根史跡公園で開催され、和泉市最大のフェスティバルであり、二日間で大勢の方々にご来場頂くことから多くのゴミが発生します。折角、楽しいイベントに来て頂いてもゴミが散乱していれば台無しです。ゴミの整理をして頂いて会場内の美化の為にシルバーの皆様方に多大なご尽力を頂いています。

次にセミナーや展示会など各種イベントを行う際に会場の設営にシルバーの皆様方のお手伝いを頂いております。椅子や机を設置したり、会場づくりをして頂いています。

この様に商工会議所が行う行事ではシルバーの皆様方にお手伝いを頂き、なくてはならない存在になっています。シルバーの皆様方のお力は地域社会では必要不可欠だと思っています。

今後共、お元気で益々ご活躍されます事をご祈念申し上げます。

レッツ！健康

Vol.6

口腔機能で栄養の充実を！

皆さんは『いきいきいずみ体操』をご存知ですか。

これは10名程度が集まって、毎週1〜2回決まった曜日に「おもり」を使った筋力アップの体操です。

運動機能の維持・向上に向けた取り組みを行う中で、最近特に着目されているのが口腔に関する事です。運動による効果をねらう場合、栄養の充実が重要で、それに必要なのが口腔機能です。



【口腔機能チェック】

次の項目のうち二つ以上あてはまる方は要注意です。

1. 半年前に比べて固いものが食べにくくなった。
2. お茶や汁物等でむせることがある。
3. 口の渇きが気になる。

【口腔機能低下を予防するには？】



- ・相談できるかかりつけの歯科医をもつ。
- ・定期受診と口腔内のメンテナンスを行う。
- ・適切な方法を身に付け口腔ケアを継続する。
- ・口腔機能低下予防の体操などに取り組む。

【健◇◇体操の一部を紹介】

1. 頬のふくらまし

頬を膨らませて、舌を上あごに押し付け、口から息がもれないようにこらえます。次に息を吸う様に口をすばめます。これを繰り返します。

2. 舌の運動 左右

口を大きく開けて、舌をできるだけ前に出し、左右に動かします。

3. 舌の運動 前後

口を大きく開けて舌を大きく出したり引っ込めたりします。

4. 発声 「パ」

唇に力を入れて、連続で10回

5. 発声 「タ」

舌の先を力を入れて、連続で10回

6. 発声 「カ」

舌の奥に力を入れて、連続で10回

7. 発声 「ラ」

舌の先をしっかりとあげて、連続で10回

8. 発声 「バタカラ」

大きな声で10回

【お気軽にご相談を！】

「いきいきいずみ体操」や「口腔機能低下予防」のご相談は、お住まいの地域の地域包括支援センターにご相談ください。

ピオラ和泉地域包括支援センター
安宅川 澄士



剪定



薬剤散布



花の育成管理



事業所内清掃

働く会員の紹介

和泉市シルバー人材センターでは、
元気な高齢者の皆さんが、日々いろいろな
仕事を通して活躍しています。

自主

自立

共働

共助



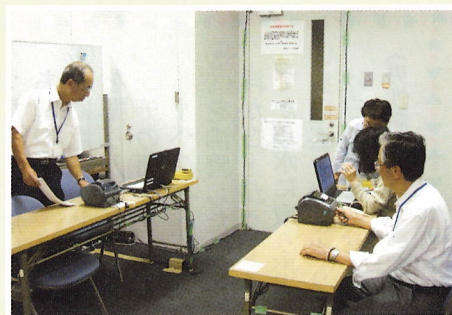
駅前清掃



自転車リサイクル



市広報紙封入作業



期日前投票事務

ふおとぎゃらりー



自転車交通安全講習会(12月)



就職情報フェア(2月)



植木剪定講習会(2月)



草刈安全講習会(3月)



定時総会受付(6月)



定時総会 議長 宮脇庸光(6月)



スマートフォン教室(9月)



入会説明会(毎月)



清掃ボランティア(毎月)



安全パトロール(毎月)

私の趣味

木工製作

池田下町
常道 光男

事務所に手作りの一輪挿しを届け
てくださいました。木工の作品で丁
寧な出来栄えに、
購入されたかと
見間違ふほど。
話を伺うと「小
さい頃から指物
大工だった父親
の背中をみてき
たからか、細かい手作業が好きで得
意でした。木工を趣味としたのは、
30歳を過ぎた頃からで、仕事の合間
に小さい物は箸置きからキーホル
ダー、大きい物はテーブルや食器棚
を作っています。注文通りの寸法や
デザインで作り、喜んで使ってもら
うのが楽しみです。材料も吟味し、
割れたり反って
こない木材を選
んで、長く使っ
てももらえるよう
に工夫していま
す。」



手元に残ってい
ないのが残念です
が、どれも実用的
で喜ばれているそ
うです。



簡単料理レシピ



芋だんごのゴマかけ

あんかけ焼そば もやしのナムル

常備しているじゃがいもを使
い、牛乳嫌いの人でもカルシウ
ムを補給できるおやつです。

芋だんごのゴマかけ

【材料(4人分)】

- ・じゃがいも 400g
- ・片栗粉 大さじ5
- ・スキムミルク 大さじ4
- ・すりゴマ、白砂糖 適量

【作り方】

- ①じゃがいもは、皮をむき一
口大に切り、ゆでる。
 - ②湯を切って火にかけて、残
った水分を飛ばし、熱いう
ちにつぶす。
 - ③②に片栗粉とスキムミルク
を振り入れ良く練る。2セ
ンチの団子を作り、両面か
ら平べったくする。
 - ④③を沸騰したお湯に入れ、
浮かび上がって2〜3分し
てから水に取り出す。
 - ⑤皿に盛り付けすりごまをか
け白砂糖をのせる。
- (男性調理同好会講師 味谷哲子)

お知らせ

(11月〜12月)

普及啓発活動について

シルバー事業の周知を図るため
の活動です。
是非ご参加ください。

和泉市商工まつり

日時 11月10日(土)・11日(日)

午前10時〜11時

場所 和泉商工まつり会場
(池上曽根史跡公園)

内容 場内の清掃・チラシ配布

2018

シルバーフェスティバル in 大阪

大阪府下の全センターが集合。
会員による普及啓発を行ないます。

日時 11月24日(土)

午前10時〜午後4時

場所 大阪南港ATCホール
(大阪市住之江区南港北
2の1の10)

内容 舞台発表・漫才・展示・
野菜、手芸品の販売等

簡単スマートフォン教室

スマートフォンに挑戦したい方、
使っているけど操作方法で困って
いる方、お待ちしています。

日時 11月16日(金)・12月14日(金)

午前10時30分

場所 シルバー事務所

講師 ドコモ和泉府中店

介護予防いきいき体操

毎日の生活に体操を取り入れて、
健康寿命を伸ばしましょう。

日時 11月28日(水)

午後1時30分

場所 シルバー事務所

講師 健康運動実践指導者
北野 幸子氏

認知症サポーター養成講座

日時 12月5日(水)・午前10時

場所 シルバー事務所

講師 和泉市認知症
キャラバン・メイト

*各種講習会のお問い合わせは

和泉市シルバー人材センター

0725-45-5255

各種教室の紹介

センターの会員が講師になり
教室を開催しています。
どなたでも参加できます！



洋裁教室



絵画教室



英会話教室



着付け教室

募集

教室講師を募集
しています。

特技を活かして、教室を開いて
みませんか？
お問い合わせは和泉市シルバー
人材センターまで。

開催場所

和泉市室堂町 6 7 4-5 8
(彩生館内)
シルバー作業所

英会話教室

● 毎月第2・第4木曜日
午前10時～11時30分
(中級者向け)
午後1時30分～3時
(初心者向け)
月謝 二、一六〇円

洋裁教室

● 毎月第1・第3木曜日
午前10時～正午
月謝 三、二四〇円
着物のリフォームも
おしゃれです。

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、二四〇円
着付けができると
ステキです。

絵画教室

● 毎月第1・第3土曜日
午後1時～3時
月謝 三、二四〇円
みんな楽しく絵を
描いています。

同好会の紹介

センターの会員で同好会を作り、
楽しく活動しています。
同好会入会希望の方は
事務局まで

筆耕同好会

毎月第1・第3水曜日



ゴルフ同好会

随時コンペ開催



歩こう会

毎月第3日曜日



ボウリング同好会

毎月第4土曜日



手芸同好会

毎月第2木曜日



英語同好会

毎月第1～第4金曜日



* 各種教室・同好会の
お問い合わせは…

和泉市
シルバー人材センター
☎0725-45-5255

ボランティア同好会

毎月第2・第3金曜日



男性調理同好会

毎月第3金曜日



カラオケ同好会

毎月第1・第3土曜日



..... 元気な高齢者が地域で活躍

会員募集!!



和泉市シルバー人材センターは、
当センターの趣旨に賛同する市内在
住で60歳以上の働く意欲のある方
なら、どなたでも入会できます。

「入会説明会に」ご参加ください。

(日時については事務局にお問い合わせください。)

会員登録に必要なもの

- ①年会費1,000円 ②印鑑(認め印)
- ③顔写真1枚(縦4cm×横3cm)
※3ヶ月以内に撮影したもの。
- ④預貯金通帳(本人名義)
※池田泉州銀行、ゆうちょ銀行に限る
- ⑤健康保険証 ⑥筆記用具
- ⑦自動車運転免許証(取得されている方)
- ⑧自宅以外の緊急連絡先
(氏名、住所、電話番号)

= 出張入会説明会を開催します =

- ◎ 11/12(月) 北部リージョンセンター
1時30分～ (〒594-0003 和泉市太町552番地)
- ◎ 12/6(木) 南部リージョンセンター
1時30分～ (〒594-1136 和泉市仏並町398-1)

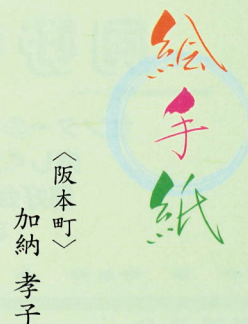
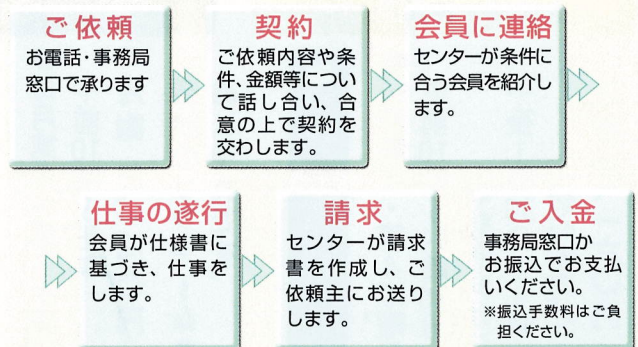
いろいろな仕事を承っています

元気な高齢者を
ご活用ください。



軽作業	屋内・屋外軽作業、掃除、チラシ配布など
剪定・除草	植木の剪定、伐採、草刈、草引き、処分、薬剤散布など
家事援助	家庭内の清掃・洗濯・調理・買い物など
修理・修繕	簡易な大工・塗装、刃物研ぎなど
事務	一般事務、経理事務、宛名書きなど
管理	駐車場・駐輪場の管理、スポーツ施設の管理など
その他	散水(植木の水やり)、洋服のリフォーム、出張着付けなど

ご依頼からお支払いまでの流れ



【編集後記】

新しい年号に変わるのも、あと半年となりました。また、2020年には東京オリンピック・パラリンピック競技大会が開催されます。新しい時代の幕開けに心躍るものがあります。そんな中、平成最後の会報「くすのき」63号を発行することが出来ました。今回は会員だけでなく、多くの方にシルバー人材センターの取組を知っていただけるように、全戸配布させていただきました。

シルバー人材センターとは、何をするとところ？そんな色々な質問に答えられる内容に心がけました。会員が、生き生きと様々な職種に就業している様子・バラエティに富んだ同好会・各種教室で会員同士が友好的に交流し趣味を深めている様子等を紹介していますので、多くの方々に読んで頂ければ嬉しいです。そして今回、一番にお知らせしたいのは、表紙の集合写真です！シルバーでは、女性会員がどんどん増えてきています。元気な女性会員の笑顔をご覧ください。

「くすのき」を読まれて、一人でも多くの方がシルバー人材センターに興味を持っていただければ幸いです。そして、シルバー人材センターを活用して頂き、また新しく会員登録される方が増える事を願っています。

次号「くすのき」が、より充実したものになりますように広報委員一同頑張ってお参りますので、ご意見・ご感想を心よりお待ちしております。

【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

※電話番号は、お間違いのないようにおかけください。

企画・編集 広報委員会 / 制作・印刷 真和印刷(株)