



ふれあい



No.145

無事故を目指す第一歩
時間(とき)を惜しまず 安全確認

総会特集号



写真提供 4地区 粟津 勉 会員

自主

自立

公益社団法人

共働

共助

伊達市シルバー人材センター

伊達市山下町146-8 TEL23-6448・FAX25-6960

大滝地区連絡所

伊達市大滝区本郷町84-1(大滝基幹集落センター) TEL68-6771・FAX68-6761

令和3年度定時総会理事長挨拶



理事長 羽根 秀樹

令和3年度の定時総会を開催致しましたところ、お忙しい中会員皆様にご出席いただき有難

うございます。

今年の総会もコロナウイルスの影響でこの様な形での開催となりました事お詫び申し上げます。

尚、ご来賓の皆様には誠に申し訳ございませんが御欠席をお願い致しました事お許しを頂戴致します。

又、永年表彰を受けられた皆様には心よりお祝い申し上げますと共に今後益々のご活躍をお願い申し上げます。

世界的に猛威を奮っているコロナウイルスに対する我が国の対策が、思うように機能せず、変異株の出現で緊急事態宣言の再発出等により、社会経済活動が依然として縮小傾向にあり、全国的にシルバー人材センターを取り巻く環境も厳しいものがあります。

当シルバーでもコロナ禍により、予定していた諸行事が中止となり、会員拡大や就業機会の確保も大変厳しい状況となり、事業実績は前年比約1000万円の減少となりました。

又、安全就業に関しては、事故は減少しておりますが、「安全は全てに優先する」の下、今年度も各種講習会を継続して開催し、事故防止に努め

て参りますのでせ宜しくお願い申し上げます。

制約が多い中、第3次中長期計画の見直しと修正を行い、健全な運営を進めて参りますと共に、地域に喜ばれ信頼されるシルバー人材センターを目指し、会員、役職員一体となり、感染症対策を講じつつ事業推進に取り組んで参りますので会員皆様のご協力を切にお願い申し上げます。

終わりに会員皆様のご健勝とご活躍を祈念申し上げます挨拶とさせていただきます。



令和3年度定時総会に寄せて



伊達市長 菊谷 秀吉

本日、公益社団法人伊達市シルバー人材センターの令和3年度定時総会が開催されますことに、心よりお祝い申し上げます。また日頃より、伊達市の行政運営に格別のご理解とご協力をいただいておりますことに深く感謝申し上げます。

さて、今般の新型コロナウイルス感染拡大により、世界規模での厳しい状況は未だ先が見えず、地方の経済も大きな打撃を受けております。このような状況を乗り切るためにも、皆様との連携を強化すると共に年齢にとらわれることなく働く意欲のある高齢者が経験を活かし活躍し続ける、活力ある地域社会を維持していくことが必要不可欠であると感じております。

そのため、貴センターが活力ある高齢社会を支える地域の中核的な組織として就業機会を提供し、積極的な事業の受託や独自事業の腐葉土の生産、また一般労働者派遣事業や女性部会活動など、会員間の交流や社会貢献を目的とした事業を実施し、高齢者の社会参加の推進や地域社会の活性化にも貢献されておりますことは、会員の皆様を始め、役員の皆様のご尽力の賜物と深く敬意を表する次第であります。

貴センターにおかれましては、今後もこれまで培ってきた実績と会員皆様の豊かな経験や知識・技能を活かし、シルバー人材センターの理念である「自主・自立、協働・共助」のもと、時代や社会の変化に対応し、多種多様な自主事業を進めていただき、活力ある地域づくりにお力添えを賜りたいと存じます。

最後になりましたが、貴センターのますますのご発展をご祈念申し上げますとともに、役員並びに会員の皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

令和3年度定時総会に寄せて



伊達市議会議長 阿部 正明

本日ここに公益社団法人伊達市シルバー人材センター定時総会が開催されますことを、心よりお喜び申し上げます。

伊達市議会を代表して、ご挨拶を申し上げます。

本来であれば、総会に出席させていただき、皆様にご挨拶すべきところでございますが、ご存じのように新型コロナウイルス感染症の影響が世界各地に拡大し、国内各地や北海道内においても多くの感染者が発生しており、いまだ収束の気配が見えない状況にありますことから、書面での祝辞とさせていただきます。

会員の皆様におかれましては、シルバー人材センター事業の周知や高齢者の就業機会拡充に取り組むことで、高齢者の社会参加や健康の維持に寄与されていることに深く敬意を表し、心から感謝申し上げます。次第でございます。

さて、現在、我が国におきましては、少子高齢化が急速に進行し、労働人口の減少が見込まれております。

このような中、年齢にかかわらず働き続けることができる「生涯現役の社会の実現」が求められており、高齢者に対する就業機会の確保と提供が重要となっております。シルバー人材センターは、高齢者がライフスタイルに合わせ社会参加することで、地域社会の発展に寄与する重要な組織であります。

会員の皆様が、これまで培ってきた豊富な経験、知識や技能を生かして地域社会を支える一員となり、幅広く社会活動に貢献し、ご活躍いただけるよう、市議会といたしましても支援してまいりたいと考えております。

結びとなりますが、伊達市シルバー人材センターの今後の発展を願うとともに、会員の皆様方のご健勝、更なるご活躍を心から祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。



令和3年度定時総会に寄せて

北海道議会議員 中山 智 康

公益社団法人伊達市シルバー人材センター「令和3年度定時総会」の開催を心からお祝い申し上げます。

また、平素賜ります大変なご支援、ご厚情に本席をお借り致しまして深く感謝申し上げます。

本総会はいわゆるコロナ禍における開催となり、何かと不都合なことがあるかと存じますが、貴会の更なる前進にむけて有意義な議論が尽くされることで、多くの成果を収められます様念ずる次第であります。

貴会に集結する皆様様の益々のご発展を切にお祈り申し上げ、祝意の一端とさせていただきます。



令和3年度定時総会ごあいさつ

室蘭公共職業安定所長 鎌 田 英 一

伊達市シルバー人材センターの令和3年度定時総会の開催にあたり、ごあいさつを申し上げます。

新型コロナウイルスの感染拡大により、雇用や就業への影響が深刻化している中で、様々な困難を克服し、本日、定時総会が開催されますことに心からお祝い申し上げます。

また、会員の皆様におかれましては、日頃からシルバー人材センター事業の運営をはじめ、高齢者の雇用・就業対策について深いご理解とご尽力を賜っていることに厚くお礼申し上げます。

さて、ハローワーク室蘭管内の雇用失業情勢は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響から、求職者の増加と求人の減少により、3月の有効求人倍率は1.10倍と、前年同月を0.17ポイント下回っており、厳しさが増しております。

こうした中、貴センターにおかれましては、設立以来、高齢者の方々に対し、多様なニーズに応えることのできる就業機会の確保など、国の高齢者の雇用・就業対策の一翼を担い、多数の方の経験を活かした就業による社会参加に貢献されていることに対し、深く敬意を表する次第です。

また、公益事業として、日頃から透明性の高い組織運営に努めていただいていることや就業機会の確保及び会員の拡大といったシルバー人材センターの機能強化に資する取組みに対しても、積極的にご尽力されており、あらためて敬意を表する次第です。

今後も、高齢者の方々健康で意欲と能力がある限り、年齢に関わらず働き続けることができる「生涯現役社会」を実現するためには、貴センターの役割がますます重要となって来るものと思われましますし、私どもハローワークといたしましても、皆様と連携を図り、雇用・就業の場の確保に努めて参る所存であります。

結びとなりますが、伊達市シルバー人材センターの更なる発展と、会員の皆様、役員の皆様のご健勝を心よりご祈念申し上げまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

令和3年度定時総会に寄せて

公益社団法人 北海道シルバー人材センター連合会
会長 下村 英 敏

伊達市シルバー人材センターの令和3年度定時総会の開催にあたり、北海道シルバー人材センター連合会会長として心よりお祝い申し上げます。

今回の定時総会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、昨年に続いて、種々の制約の中での開催、大変ご苦労さまです。

近年、シルバー人材センターを取り巻く環境は、めまぐるしく変化してきておりますが、この度の感染症拡大に伴う社会、経済への影響はかつて経験したことのないほど甚大であり、シルバー事業につきましても、会員確保や就業機会確保をはじめ、取組全般にわたって困難性が高まっており、極めて厳しい事業運営を余儀なくされております。

このような中にあっても、貴センターにおかれましては、シルバー事業における基本理念であります「自主・自立、共働・共助」のもと、役職員、会員が一丸となってシルバー事業を推進するための着実な努力を日々重ねられておりますことに深甚なる敬意を表します。

現下、新型コロナウイルス感染症の影響により社

会、経済活動の停滞や縮小を余儀なくされておりますが、他方、人口の高齢化は急速に進展しており、働く意欲のある高齢者が、長年培ってきた知識や経験を活かし年齢にかかわらず活躍できる「生涯現役社会」の実現の重要性は、いささかも変わるものではありません。

具体的には、生産年齢人口が減少する中で人手不足分野を中心に高齢者の労働力が強く求められておりますし、また、「福祉・家事援助サービス事業」、「介護予防・日常生活支援総合事業」、「放課後児童クラブにおける育児支援」など現役世代を支援する分野におきましても高齢者の労働力、特に女性会員の活用が求められております。こうした就業を通じて高齢者の福祉の増進に寄与するシルバー人材センターの役割と期待は今日においても、なお大きなものとなっております。

これから地域社会の期待に応えていくために、当連合会といたしましては、貴センターとの連携を密接に図りながら、シルバー事業を積極的に推進しつつ、現下の難局を乗り越えてまいりたいと考えております。

結びにあたり、貴センターの益々のご発展と、ご参会の皆様の一層のご活躍、ご健勝を心からご祈念申し上げます、祝辞といたします。

令和3年度表彰会員

アンケート内容 ①受賞の感想をお聞かせください。 ②日頃の健康法と楽しみ方について。
③シルバー人材センターに望むこと。

25年表彰



第4地区 佐々木 咲子

- ① 会員証を見たら平成8年5月7日と若々しい写真。おかげ様で人生でのいい経験をさせて頂いた。感謝、感謝、すべての人々にありがとう。もう一寸シルバーにいます。
- ② 好き・きらいなくケ・セラ・セラ。
一人ドライブ、本を読むのが好き。
何歳になっても習い事に遅いと云う事はないと思っている。

- ③ 今、コロナ禍で大変な時、お互いに日々気をつけて暮らすしか無いですね。
伊達シルバー人材センターの発展を心から応援します。
職員のみなさま、御苦労様です。



20年表彰



第3地区 榎 セキ

- ①20年と一口に言いますが、長い月日が流れました。19年管理人をさせて頂き、とても責任がありました。でも、振り返ってみますと楽しい、嬉しいことも沢山ありました。他の人をお願いして今は安心して居ります。
- ②20年前乳がんを患ってリハビリと思い太極拳を始めました。それが自分にとって合う事を知り、今では一番の年上になり頑張っています。それに毎日日記を付けて好きな料理も作ったりで嬉しいです。夫の病気を16年看ていましたが、3年前施設に入り、安心と心配の毎日を過ごしているこの頃です。
- ③コロナで皆さんとお逢い出来なく淋しい思いです。早く終わってほしいです。事務所の皆さんも大変ですが、どうぞ良いセンターでお元気で頑張ってください。心からお祈り申し上げます。20年間ありがとうございます。



第7地区 鈴木 紀子

- ①振り返りますと、とても早く感じる20年です。会の運営の一翼を担わせて戴き、視野を広げ勉強する機会を戴きました。とても感謝しております。
- ②元気でいたいとの一心で、いろいろ頑張っていますが…。日々動きは付いて来ていません。お友達との交流が一番の健康法かと思っています。
- ③新型コロナウイルス感染症拡大の影響で活動が止まり、アピールする機会をすっかり失っていますが、感染防止対策を講じ、楽しみながら一同が集える事を模索して行かねば…。



第11地区 向山 恵子

- ①お知らせを受けるまで気付かませんでした。一緒に入った方も亡くなった方もいます。もうそのような歳なんだナーと感慨深いものがあります。坦々とした気持ちです。
- ②適当に身体を動かしています。具合の悪い所が出ると病院へ直行です。日頃「ナンプレ」で時間を遣っています。
- ③皆さんと一緒に行動する仕事はもうしてませんので良く分かりません。お互い高齢ですので、いたり合いながら仕事が行き渡るようにされたいと思います。元気で身体大切に頑張ってください。

第9地区 松田 直江

15年表彰



第1地区 佐々木けい子

- ①15周年の受賞の喜び、大変嬉しく思います。シルバーへ入会して15年以上もお世話になるとは夢にも思いませんでした。会員の皆様のおかげと事務局の皆さんののおかげでした。感謝致します。
- ②最近あまり運動もしなくなりましたが、海側のウォーキングをして足を丈夫にしています。春から秋まで家庭菜園を楽しんでおります。
- ③これからも益々の発展を希望致します。



第2地区 堂下 ユウ

- ①シルバー会員になって、いつの間にか15年。健康で働く気持ちがあり、高齢になって仕事させていただける事に感謝しております。
- ③事務所の皆様にはいつもお世話になり、ありがとうございます。



第2地区 二井田弘行

- ①コロナウイルス真只中、15年の表彰のことを聞き感無量です。初めての仕事が草刈りで、それから色々な仕事もさせて戴きました。現在はシルバーの仕事はあまり出来ません。
- ②今年80歳。健康(食事)に気を付けております。
- ③安全第一で頑張ります。



第2地区 鈴木 芳則

- ①基本方針、事業実施計画、安全適正就業対策、健康と、地域との密接なふれあい、有難う御座います。
- ②私はシルバーに入会して15年になりました。健康法は毎日のウォーキング30分ぐらいと、私は畑で栽園をする事が大好きでトマトやなすびや大根類が好きで毎日自分で植えた物がどう出来るのか？
- ③大変良く、事務局も一般の方々も良く、地域の方々の風当たりも良くなっていると思います。『いつ・どこで・なにを・どうしているか』と言う当たり前の事をはっきりとする。特に年齢が多くなると体力的にもきつくなりますので、少し軽い仕事を考える事。



第5地区 木幡 晃

- ①10年以上も無事に健康で働く事が出来、感謝しております。
- ②妻の日頃から気遣ってくれている料理とシルバーでの仕事です。
- ③特にありません。

第4地区 佐藤 勲

第11地区 結城 信雄

10年表彰



第2地区 佐藤 京子

- ①早いもので10年が過ぎたのですね。有難うございます。入会以来、筆耕・園芸関係・葬儀関係のお仕事をご紹介戴き、10年間健康でお仕事が出来たことは大変嬉しく思います。これから先、どの位続けられるか解りませんが、お客様に喜んでもらえる仕事を続けて行きたいと思います。
- ②健康法は特にありませんが、趣味の詩吟でお腹から大きな声を出して吟じ、大会審査等では脳の活性化の為、詩文の暗記するよう心掛けています。あとは、時々ウォーキングする程度です。
- ③今後も高齢者が働きやすい環境であります様、益々のご発展を願っております。



第4地区 青山 實

- ①シルバー人材センター入会してもう10年、随分早く感じられます。その間、皆様には多くの事を学ばせていただきました。また、職員・会員の皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。
- ②健康法は暴飲暴食せず、早寝早起き、マイペース、ストレス解消することです。
- ③シルバー人材センター職員、並びに会員の皆様方との輪を大切に、無事故等で明るい職場の指導を望む！



第6地区 寺田 勝巳

- ①あっという間の10年でした。入会していろいろ仕事の経験をさせていただきました。また、その度多くの知人が出来ました。今後ともよろしくお願い致します。
- ②散歩(1日約3km)
孫とのキャッチボール
- ③別にないです。



第8地区 渡辺 達也

- ①受賞に授かり感謝しています。これを機にいつそう心身の健康に心配りをし、少しでも長く遺族に安らぎと喜ばれる挨拶を続けられるように心がけたいと思っています。
- ②10数年前から朝、第1・第2ラジオ体操と150メートルほどのランニングを、「継続は力なり」で続けています。また、月2回、介護グループ活動に参加し、脳トレ・筋トレ・ゲームで元気づくりをしたり、日に3度、野菜を多く摂る規則正しい食事生活に努めています。
- ③会員増にもつながる生活に生きる技能講習を望みます。



第8地区 鎌田 茂

- ①長かったのか、短かったのか、入会して10年が経ちました。6年間、理事の役を仰せつかり、移住3年目の私には解らないことばかりでしたが、お陰様で素晴らしい仲間に恵まれ、何とか勤めを果たすことが出来たと思っております。色々な行事にも参加し、また定款の見直しも携わりました。特に苦勞を掛けた理事の方の為にも、十分に活かしてほしいと思っております。
- ②古武道を少々、詩吟を少々と、家庭菜園を楽しみながらストレスを解消しています。
- ③会員が増えない中での苦勞は絶えないと思いますが、発展を願うのみです。



第9地区 鈴木千鶴子

- ①この度は継続会員10年となり、シルバー人材センターの皆様、チームメイトの方々のおかげさまで継続できたことが大変うれしく思います。また、社会参加、フレイル防止にもなり、感謝しております。これからは無理せず、たのしく、ポジティブに継続したいと思います。
- ②自家菜園、ストレッチ、自分の健康は自分の手で。

第4地区 鈴木 忠好



第9地区 桑村 千昭

- ①今日まで継続出来たのは仕事先でのシルバーの仲間達との交流で元氣をもらい感謝しています。また、少しでもお客さんに喜んでもらえるように日々励んでおります。
- ②朝のラジオ体操、散歩。
- ③会員の皆様と切磋琢磨して良いシルバーになる事を望んでいます。

第5地区 藤原 則子

第6地区 水谷 賢彦

第7地区 鈴木 保夫

第11地区 泉山 信子

第12地区 遠藤 信子

第13地区 三好日出男



第12地区 島 博信

- ①10年の間に色々な仕事をしてきました。これからは無理をしないで、安全作業していきます。
- ②柴犬と1日3回散歩してます。街歩きもしてます。8,000～10,000歩きます。自分の畑仕事もしてます。
- ③作業現場の下見をしていただいて、何人行けば良いか下見をよろしくお願いします。



役員が代わりました!

就任にあたって

新理事長 菅原 博

令和3年度の定時総会において、羽根理事長のご退任に伴い理事長に選出をいただき、その重責を担うことになり身も心も引き締まる思いでございます。

近年、シルバーを取り巻く環境は、更に厳しさを増し、定年制の延長や高齢者の現役就労が進む中、その当然の帰結として会員の減少・高齢化が進み、更に追い打ちをかけるように新型コロナウイルスの影響で会員の募集に多大な影響を与えました。

しかし、我々シルバー会員は、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、元気な高齢者が地域社会の課題解決の担い手となり、永年培ってきた知識・経験・技能を活かし地域の皆様に頼られ共に歩みながら社会に貢献、心豊かで生き甲斐の充実を一人でも多くの会員が享受できるように環境を整え、また、コロナ後を見据えながらいろんな事業にチャレンジすると共に、デジタル社会の到来を見据えスマートフォンやパソコンなどの技術の習得に努めて参りたいと思います。

どうか会員の皆さん、役員の方皆さん、そして職員の方皆さん、皆様のお力添えを頂きながら微力ではありますがセンター事業の発展に努めて参りたいと思いますので皆様方のご指導・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

退任にあたって

前理事長 羽根 秀樹

理事長として、2期4年の任期を無事に終えることが出来ました。この間、事務局は勿論多くの会員皆様のご協力とご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

振り返りますと試行錯誤の4年間で申し訳ありませんが成果と言えるものはありません。

特に去年から今年にかけてはコロナ禍の影響で、会員と一緒に集い交流を深めあう安全大会、ふれあい祭り、会員趣味の作品展、シルバーボランティア等の諸行事が中止となってしまい残念に思いますと共に会員増強や就業機会の確保も思う様に成果が上がらず、事業実績も大幅な減少となり深くお詫び申し上げます。

但し、伊達市シルバーからコロナの罹患者を出さずほっとしておりますとともに、安全就業面で事故が年々減少傾向にあり、会員皆様のご協力に感謝しております。

今後は一会員として、皆様と共に伊達市シルバー人材センターの発展のために頑張る参りますので今後とも宜しくお願い申し上げます。

終わりに、地域から頼りにされている伊達市シルバー人材センターの発展と会員皆様のご活躍をご祈念申し上げ退任の挨拶と致します。



新役員の方々です!

爽やかストレッチで今日も元気

第1弾 朝の体操 (ヨガマットor敷布布団等)

第1地区 庄内 健一

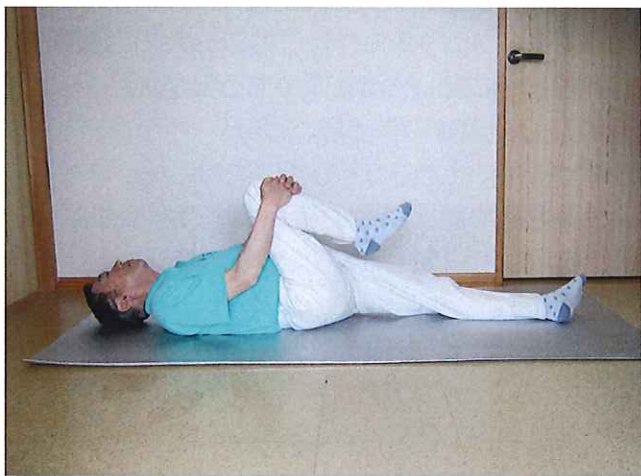
※運動の前にはうがいと水分補給を!

①右膝を両手で抱え引き寄せる・左も同様に。
(各10秒)

③右足を左足にかけ右に倒す。次にその逆
(各5秒)

②立て膝状態で頭を抱えおへそをみる。(5秒)

④両膝を左右に倒す。(40~50回)



②



④



⑤両腕を腰の横に置き腰を引き上げる。
(5秒×3回 腰から肩まで一直線)

⑥下腹に両手を重ね両足を40度上げる。
(上げた状態で5秒維持・3回)



⑤

⑦両手を腰の下にハの字に置き、両足を上に上げ空中自転車漕ぎ。(10~15回)



⑦

⑨両手両足を上に上げ、ブラブラさせる。
(約10秒 「百 1・ 百 2」と頭に百をつけて数えると時計の秒数と合う)



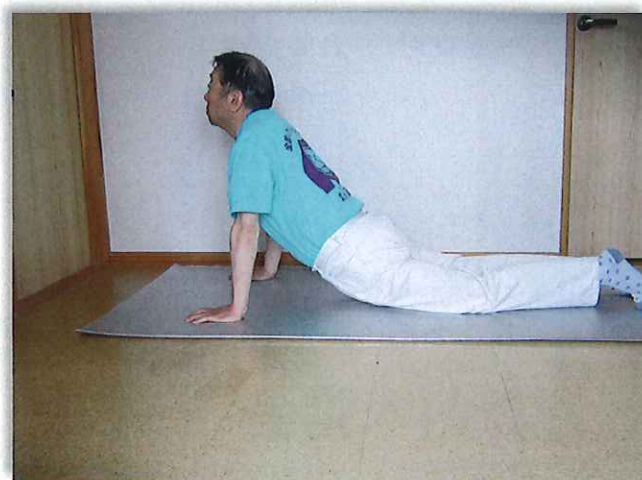
⑨

⑧横向きになり、手を胸の前に置き、足を上げる。
(左右ゆっくりと 各5回)



⑧

⑩四つん這いから猫体操。
イ 両腕を前に滑らしお尻を後ろに引く。
ロ 両腕を立て背中をそり返す。



⑩

※新型コロナウイルスの影響で自宅に閉じこもる時間が多くなり運動不足になっている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

そんな中、1地区の庄内健司さんから第1弾として、お家で手軽にできるストレッチ体操を教えてくださいました。こんな時期だからこそストレッチ体操で気分をリフレッシュされてはいかがでしょうか。

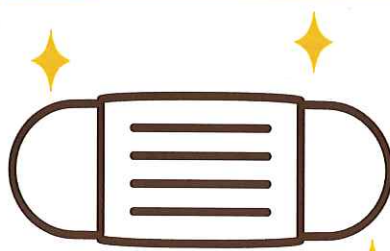
※第2弾は、立った状態で行うストレッチ体操を紹介します。



新型コロナウイルス 予防対策実施中



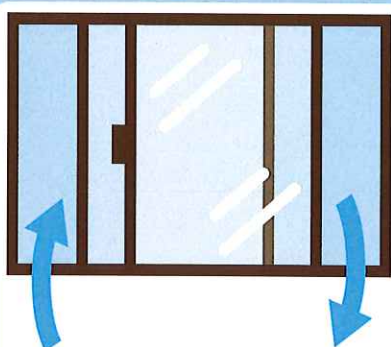
手指消毒の徹底



スタッフの
マスク着用



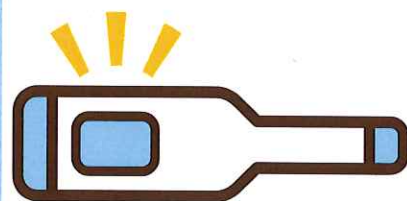
手洗いの励行



定期的な換気



備品の
消毒



勤務前の検温
体調管理

145号

編

編

後

記

コロナの影響で家にこもる時間が多くなり、30年ぶりに部屋で眠っているレコードを引っ張り出して掛けてみた。音飛びやキズの音があったり、レコードで音楽を楽しんできたシニア世代にとってはどこか懐かしいアナログの「暖かさ」「ふくよかさ」を感じた。

昨今、音楽メディアはCD・PC・スマホで聴くスタイルが普通になっているが、今人気のアナログレコードの持つ芳醇なサウンドも再認識してみてもどうだろうか……。



菅原 保生、鈴木 紀子、加藤 美恵子、佐藤 久美子