

シルバー まいづる



第 306 号

令和2年11月1日発行

(公社) 舞鶴市シルバー人材センター

発行責任者 名内 哲治

Tel 0773-64-3233

Fax 0773-64-3244

URL <http://www.silver-brain.com/kyoto/maizuru/>

MAIL maizuru@sjc.ne.jp

会員数 794名 (男 507 女 287)

会員互助会・秋のハイキングに64名の参加！

10月9日(金)、互助会主催による健康増進や親睦を目的としたハイキングが開催され、64名の参加がありました。当日は、台風の影響で雨などが予想されましたが、天候に恵まれ、青葉山麓公園から朝来地区のハイキングを楽しみました。コロナウイルスの影響で行事などが制限される中、久しぶりの互助会行事に多数のご参加を頂き、充実した秋の1日となりました。参加された皆さん、大変お疲れ様でした。



安全就業「事故ゼロ」を目指そう！⑥

「自分の命は自分で守る」転倒・転落事故に注意！

傷害事故の中で多いのが就業中の転倒・転落事故です。舞鶴市シルバーでも毎年のように発生しており、骨折などの大きな怪我に繋がっています。今年度も既に、転倒1件、転落1件の計2件の事故により、いずれも骨折して入院に至る傷害事故が発生しています。倒れたり、高所から落ちたりしたときに、頭部を打撲すると命に係わる脳の損傷を受ける場合があります。頭を打撲すると、その時は大したことがなくても、頭の中で出血していることがあり、時間がたってしまうと取り返しのつかない状態になることもあります。転倒・転落事故が起きたら、必ず救急で医療機関を受診するようにして下さい。

転倒事故の多くは、段差につまづいたり、清掃作業中等に濡れていた床面で足を滑らしたなど、周囲の状況に注意して作業していれば、ほとんどは防ぐことができるものです。若い時ほどには、機敏に動けなかったり、思ったより足が上がっていないということを十分認識して、作業中は慎重に行動するようにして下さい。

転落事故については、剪定などの高所作業等で転落防止用のベルトを着けていなかったり、脚立や梯子を不安定な場所に立てて、固縛していなかった等の原因が報告されています。結果的に、必要な安全確保の措置をしっかりと行っていれば防ぐことができたということです。作業に慣れた方が事故に遭うという事例が多く、面倒だと思ふ前に、「自分の命は自分で守る」という当然のことを徹底するようにしましょう。

また、古いブロック塀の上に乗って作業中に倒壊、破損する事故が昨年2件発生しています。不幸中の幸いで怪我には至りませんでした。古いブロック塀は鉄筋が入っていないものが残っており注意が必要です。ブロック塀に体重をかけたり、脚立・梯子等を立てかけ、ブロック塀に負荷を与えることがないように十分留意して作業にかかって下さい。

一人作業、グループ作業にかかわらず、作業中の事故、災害防止に万全を期しましょう。(事務局長 名内)

●地域班ボランティア活動●



～共働・共助 自分達の力で、地域貢献とPRを！！～

「シルバーの日」の10月17日(土)を中心に、地域班(130名)でボランティア活動を実施していただきました。当日の参加を呼び掛けて頂いた代表世話人さんをはじめ、世話人さんには大変お世話になり有難うございました。また、雨模様の中での作業もあり、ご参加された会員の皆さん本当にお疲れ様でした。こうした地域へのお手伝いに対して、地元の皆さんから感謝の言葉をいただいております。これからも「舞鶴市シルバー人材センター」の地域貢献を強くアピールしていただきたいと思っております。今回、都合によりやむを得ず参加できなかった方々におかれましても、次回の参加をよろしくお願ひします。

●会員互助会・かぼちゃの重さあてクイズ 正解発表●

～正解は 合計 71.4 kg たくさんのご応募、有難うございました～

会員互助会で実施したかぼちゃの重さあてクイズに、たくさんのご応募を頂き有難うございました。互助会役員で開票した結果、79枚の応募がありました。見事入賞されたのは、1位 西尾範子さん 70kg 2位 沢田宗夫さん 74.4kg 3位 沢田光代さん 74.5kg 4位 野口抜誠さん・樋之本 滋さん 68kg でした。入賞された皆様、おめでとうございます！(入賞者には、後日事務局で賞品を授与します。)会員互助会では、今後も楽しい企画を計画しようと奮闘中です。今後とも皆様のご協力・ご参加をよろしくお願ひします。

●西舞鶴(ハローワーク)で出張入会説明会を開催します●

入会をお考えの方が、西舞鶴でも説明会に出席できるよう、ハローワークで出張入会説明会を開催しています。9月は、会員さんのご紹介により4名が参加されました。(内3名が入会)

皆様のお知り合いの方で、入会説明会の日程が合わない、東舞鶴まで交通手段が無い・・・等と思われる方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介下さい。

◆日時 11月18日(水) 13時30分～15時 ◆場所 ハローワーク ◆事務局までお申し込み下さい。

●西舞鶴「憩いの場」をご利用下さい●

就業報告書の提出やほっと一息、会員同士のおしゃべりや交流の場等にご利用下さい。コーヒー、お茶等を準備してお待ちしています♪すみれの会による手縫い雑巾作りも同時に開催しますので、皆様の協力・ご参加お願ひします。(どなたでもお越し頂けます。)

◆開設日 11月25日(水) ◆時間 10時～12時

◆場所 西公民館(市役所西支所併設) 2階会議室

※市営駐車場をご利用頂いた場合、1時間は無料になります。※ハンドケアはお休みさせていただきます。

※手縫い雑巾作りに参加される方は、裁縫道具をお持ちください。

●すみれの会 手縫い雑巾を作る会 協力者募集●

毎回、たくさんの方にご参加頂き本当にありがとうございます。今月もみんなで楽しく縫い上げましょう！引き続き、皆様のご協力をよろしくお願ひいたします。

◆日時 11月9日(月) 11月27日(金) 13時30分～15時

◆場所 交流サロン ◆持ち物 裁縫道具 ※申し込み不要です。

◆西舞鶴でも開催します！ 11月25日(水) 10時～12時

※参加の際、マスクの着用にご協力下さい。

●ふれあいショップ●

毎週木曜日は、事務所前で会員手作りの新鮮野菜を販売しています。旬の野菜が安価で並びます。手作りマスクも販売中♪どなたでもお越し頂けますので、お誘いあわせの上お越し下さい。

◆日時 毎週木曜日 8時45分～商品が無くなり次第終了

◆場所 シルバー人材センター事務所前 野菜を販売してみたいという方も大歓迎です。一度ご連絡下さい。
(※ショップ会議 11月19日(木)9時 直販ショップ会員の方は出席してください。)

●ふれあい喫茶●

すっかり秋ですね。ほっと一息つきたい時、おしゃべりを楽しみたい時は、ぜひふれあい喫茶へお越し下さい。スタッフ一同お待ちしております♪

◆営業日・・・毎週木曜日 10時～13時(祝祭日は除く、作品展開催時は14時まで)

★コーヒー(ホット120円) ぜんざい(200円)



★きらり元気人

このコーナーでは、きらり元気な会員さんを順次紹介しています。

第34回は、新舞鶴B班・小松ミヤ子さんにインタビューしました♪



こまつみやこ
小松ミヤ子さん

★シルバー入会のきっかけは？

小松：長年勤めていた会社を退職後、1か月ほど家で過ごしていましたが、ずっと忙しく働いてきたこともあって、「このままでは体がおかしくなるんじゃないか・・・元気であれば働きたい。」という思いが募り、知人も入会していたことから説明会に参加し、すぐに入会しました。

★入会されていかがですか？

小松：経理の仕事一筋でしたが、シルバーに入会したら全く違う分野の仕事をしようと考えていました。長年の事務仕事で、万年肩こりと目の疲れに悩まされていたこともあり、体を動かす仕事がしたいと思っていました。出来るかどうか不安でしたが、清掃や除草の仕事を希望しました。

しばらくして、スーパーの清掃の仕事で声をかけて頂き、朝が早いことと、近所の人に出会ったら恥ずかしいという点で思い悩んでいましたが、そうは言っていただけないと思い切って就業することにしました。

★仕事やシルバーに対する思いは？

小松：夫を早くに亡くしたため、なんとか一人で生きていかなければならないという思いをずっと持っていました。その時は、どん底にいるような気持ちでしたが、一度どん底に落ちたのなら、後は上を向いて這い上がっていただけたと気持ちを切り替えてから、ポジティブにやってくれたような気がします。人生100年時代、長生きできても、生活していかなければならないという思いも、入会や就業への後押しになりました。友人からは、「事務仕事しかしてこなかったのに、いきなり掃除の仕事は無理と違うか?」と言われましたが、逆に、「これは、何としてもやり遂げなければ!」と気合が入りました。特に趣味も無かったので、「それなら掃除の仕事を趣味にでもしよう!」と思ったら気持ちか楽になりました。

就業してみると、心配していた早起きも、近所の人に声をかけられることも全く苦になりませんでした。むしろ、何十年かぶりに友人に再開するという嬉しい出来事があったほどです。あれほど酷かった肩こりや目の疲れもすっかり無くなり、腕や体がたくましくなりました。時折、お客さまから「このスーパーは、いつも掃除が行き届いていて気持ちいいですね。」と声をかけて頂くと本当にうれしく、働く喜びややりがいを感じます。成果の見えにくい事務仕事と違い、やったらやっただけの結果がすぐに見えることもこの仕事の魅力の一つです。

★今後の抱負をお聞かせください。

小松：シルバーに入会して、働くだけではなく、人との出会いや繋がりを持つことが出来ました。互助会のコーラスにも参加し、充実した日々を過ごしています。入会していなければ、家でぼんやりとけじめのない生活を送っていたかもしれません。思い切って入会し、仕事を引き受けて本当に良かったと思っています。健康で働けることに感謝し、出来るだけ長く仕事ができるよう、頑張りたいと思います。

～小松さん、本日はありがとうございました。今後のご活躍をお祈りしています。～

「た・ち・つ・て・と」の実践を！

最悪の事態を想定して万全を期し、今日も一日ご安全に！！

◎た・体調管理の徹底（個人差はありますが、年々体力の低下を認識し、休養して体力の回復・維持）◎ち・知見を活かせ「予測能力と過去に積み重ねた知識と経験を活かそう」◎つ・つまずき等の防止「転倒と骨折の因果関係を遮断するため足元等の整理・整頓の徹底」◎て・点検の徹底（使用する資器材の保守点検）◎と・飛び石事故の防止（事故は、発生することを前提に創意工夫と装備資器材の有効な活用）

（安全・適正就業対策委員 樋之本 滋）

●丑年（うし）生まれの皆さん、新年の想いを紙面に！●

毎年、シルバーまいづる1月号では、その年の年男・年女の皆さんに、新年の想いを語って頂いています。今年も、来年の丑年、年男・年女を迎えられる会員さんに、紙面を飾って頂こうと思います。

1年の始まりに、ぜひ、想いをお寄せください！ご応募お待ちしております。

●募集内容● 今年の抱負、健康法、趣味など、200字程度の下書きを書いて下さる丑年生まれの方
11月20日（金）までに事務局までお知らせ下さい（Tel64-3233 上羽まで）

互助会同好会行事のお知らせ

同好会名	行事予定	開催場所
わかばコーラス	11月13日（金） 13：30～15：00	東棟2階 サークル活動室
グラウンド・ゴルフ	11月12日（木） 12：30～ 小雨決行 ※参加希望者は事務局まで（Tel64-3233）	伊佐津川運動公園
実用書道	11月11日（水） 10：00～12：00 ※筆ペン、小筆、大筆等各ご用意下さい。	本館 第2会議室
絵手紙 年賀状に向けて 参加者募集！	11月16日（月） 10：00～12：00 ※年賀状の準備をしましょう。ゴム印作り、または粘土で置物を作ります。絵手紙同好会の会員以外でも、参加可能です！1回限りの参加も大歓迎♪ぜひご参加下さい。材料を購入しますので参加希望者は、11月9日（月）までに事務局まで連絡して下さい。材料費は実費負担。	本館 第2会議室
卓球サークル	毎週木曜日 13：30～15：30 持ち物：ラケット、運動のできる靴、服装	東棟3階
ピンポン教室 （初心者対象）	毎週水曜日 13：30～15：30 持ち物：ラケット（あれば）、運動のできる靴、服装	東棟3階

鈴木彰一さん 沖縄三線ライブ情報！！ みなさん、ぜひ足をお運び下さい♪

★日時：11月22日（日） 16時～18時 ★場所：歓迎館（市内丹波103）

★入場料：500円（コーヒー代込み）★問い合わせ先：Tel090-3488-9061（大日方さんまで）

