

# シルバー まいづる



第 332 号

令和5年1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](mailto:maizuru@sjc.ne.jp)

会員数 735名 (男性463名 女性272名)

## 謹賀新年 2023



### ご挨拶

新年おめでとうございます。会員の皆様におかれましては、幸多き初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

舞鶴市シルバー人材センターにおかれましては、昭和63年3月の設立以来、日々会員の皆様の豊かな経験や知識を生かした活発な事業活動により、高齢者のいきがいや健康づくりに多大なご貢献をいただいております。理事長をはじめ、会員の皆様、事務局の皆様の日々のご尽力に心より深く敬意を表します。

本年は、市制施行から80周年を迎えるとともに、第7次総合計画後期実行計画がスタートする節目の年です。

この地域が50年後、100年後も国にとって重要な地域であり続け、市民の皆さまが誇りを持って住み続けられるまちづくりには、現状をしっかり把握する中で、将来のあるべき姿を明確に示し、その実現のために、今何をすべきかを考え、実践していく必要があります。

そのためにも、これから求められる「デジタルトランスフォーメーションの推進」、「グリーントランスフォーメーションによる地域経済の振興」、「地域コミュニティの活性化」、「少子化対策の推進」、「感染症対策」の5つの視点が重要です。この5つの視点をしっかり取り入れ、これまで取り組んでまいりました「心豊かに暮らせるまちづくり」、「安心のまちづくり」、「活力あるまちづくり」の3つのまちづくりの取り組み成果を最大限に活かし、未来起点のバックキャスト型のまちづくりを進めてまいりますので、本年も変わらぬお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

年頭にあたり、貴センターと会員の皆様のますますのご多幸を心からお祈り申し上げまして、新年のごあいさついたします。

舞鶴市長 多々見 良三

※デジタルトランスフォーメーションとは、デジタル技術を浸透させることで人々の生活をより良いものへと変革させる取組

※グリーントランスフォーメーションとは、温室効果ガスの排出削減と産業競争力向上の両立を目指す取組

### ご挨拶

会員の皆様、新年明けましておめでとうございます。会員の皆様には、新年をお健やかに迎えの事とお慶び申し上げます。

平素は、舞鶴市シルバー人材センターの事業運営に多大なご尽力を頂き深く感謝し御礼申し上げます。

昨年の世界情勢は、ウクライナ紛争に始まり、これらを引き金に諸物価の高騰や未だ不透明感のあるコロナウイズとの戦い等、安定した日々を望む私たち高齢者にとっては、過ごしにくい1年でありました。今年こそ世界の平和と共に、明るい展望の出来る1年である事を強く願うばかりです。

さて、センターの昨年の事業実績は対前年比104.3%（11月末現在）と比較的順調に推移している事は喜ばしい事ですが、今後の見通しとして10月から始まるインボイス制度による事業運営等厳しい環境に直面している事も事実です。これらの課題を会員・役職員全員がシルバーの理念(自主・自立・共同・共助)のもと、一丸となって取り組んでいくことが重要です。それには、シルバーの一員として互いに理解しあい、センターの発展にどう取り組むかという意識を高めていただく事が必要かと思えます。その一環として、今年も会員増強と並行し、就業開拓に多大なご協力をお願い致します。

安全面の取り組みは、昨年も組織を挙げて取り組みましたが、残念ながら傷害事故4件、賠償事故5件と多発しています（11月末現在）。仕事は、「安全に無事故に終えてこそ完了した」と言えるものです。一人ひとりが「安全」に強い意識を以って取り組んで頂く事を念願しておします。

結びにあたり、この1年が皆様にとって良き年であります事を心から祈念し、年頭のご挨拶とさせていただきます。

理事長 澤田 宗夫

役 職 員 一 同

心ゆたかな一年でありますように！



画：倉垣寛子さん 書：書道サークルの皆さん

## 安全就業「事故ゼロ」を目指そう！③②

### 冬は積雪・凍結による事故に注意！

冬になると全体的に仕事が減ってきますが、冬特有の危険があります。

積雪時には、家屋周辺の除雪作業があり、多くの会員さんが就業されますが、作業場所への移動にあたっては、積雪や凍結により路面が非常に滑りやすく、段差や障害物、路肩等も見えにくくなっているので、転倒やスリップ事故が起こりやすくなります。普段よりも時間に余裕をもって行動し、歩行の際は滑りにくい履物の着用、自動車の運転は、スピードを控えて、急ブレーキを避けるようにしましょう。また、自動車には必ずスタッドレスタイヤなどの冬用タイヤを装着して下さい。自転車の場合は、無理な運転は避け、必要に応じて自転車から降りて押し歩きし、出来るだけ利用を控えて下さい。さらに、多量の積雪がある場合は、屋根からの落雪に巻き込まれないように十分注意が必要です。積雪の多い地域では死亡事故も発生しています。

その他、室内で灯油やガスによる暖房器具を使用する時は、一酸化炭素中毒を起こさないよう、定期的な換気を心掛けましょう。頭痛や吐き気がある場合には軽視することなく、直ちに室外へ出るなどの、命を守る行動をして下さい。室内換気は、コロナウイルスの感染予防にも効果があります。

この冬は例年より降雪が多いとの長期予報も出されています。事故による怪我や物損事故を起こさないよう十分注意して就業されるようお願いいたします。  
(事務局長 名内)

### ●令和4年分の配分金支払証明書について●

令和4年中にお支払いした配分金の合計額が55万円以上の会員さんに、『配分金支払証明書』を1月中にお送りしますので、確定申告等にご使用ください。(配分金は、所得税法上「雑所得」となり、一定以上の所得がある場合は確定申告の必要があります。)※55万円未満で配分金支払証明書が必要な方は事務局までお申し出下さい。



## まちづくり出前講座 「アシルベクさんのウズベキスタン講座」

ウズベキスタン共和国から、新たな国際交流員として着任されたアフメド・アシルベクさんに、ウズベキスタンの文化や伝統についてお話して頂きます。この機会に、世界に目を向け、ウズベキスタンについて知識を深めませんか？どうぞお気軽にご参加下さい♪

◆日 時 1月31日(火) 午後1時30分～午後2時30分

◆会 場 シルバー人材センター 交流サロン

◆内 容 ウズベキスタンについて、国や文化、伝統の紹介

◆申 込 1月20日(金) までに事務局へ(TEL64-3233)

※駐車場は、認証機のご利用で1時間無料になります。超過料金は各自お支払い下さい。



## ●会員相談日をご利用下さい●

～就業に関する事、事務局への提案等、皆様の声をお聞かせ下さい～

相談を希望される方は、予め希望時間を事務局までご連絡下さい。(一人30分程度)

◆日 時 1月20日(金) 午前の部 10時～11時30分 午後の部 2時～4時



## ★きらい元気班

このコーナーでは、きらい元気な会員さんを順次紹介しています。

第61回は、会員自主活動グループ「すみれの会」の中心メンバーである女性理事・互助会幹事の皆さん(代表 瀬野芳子さん)にインタビューしました。



すみれの会中心メンバー 女性理事・互助会幹事の皆さん

★「すみれの会」とは、どのような会ですか？

**瀬野:** 結成のきっかけは、平成30年の舞鶴市シルバー人材センター30周年記念行事に向けた取組です。自分達会員の力で何かできることはないかと考えたのが、アクリルたわしをみんなで編み、来場者に配ろうという活動でした。シルバーまいづるで参加をよびかけた結果、毎月多くの方が参加して下さい、当初の目標であった300個を大幅に上回る500個が編み上がり、シルバーのチラシを入れて一つ一つラッピングし、500名の来場者に配付することができました。みんなで力を合わせてやりとげた充実感や達成感が大き

く、これで終わりになることはもったいない、まだまだ、自分達の力で何かできるのではないかという思いから、みんなで楽しく取り組み、シルバー事業をPRしたり、地域貢献できる活動をしようと結成したのが「すみれの会」です。「すみれの会」という名前は、公募の中から選ばれたもので、冬の寒さの中でしっかりと根を張り、美しい花をさかせるすみれのようにありたいという思いから付けられています。

★どのような活動をされていますか？

**瀬野:** 今年で結成6年目を迎えますが、これまで、「手縫い雑巾」「お手玉作り」「アロマハンドケア」「花壇整備」「炊き込みごはんの販売」「茶話会」に取り組んできました。どれも大盛況で、手応えを感じていた最中にコロナウイルスの蔓延で、活動休止を余儀なくされました。それでも「また、活動を再開してほしい」「みんなと顔を合わせたり、おしゃべりする機会がなくなり寂しい」という声を多数頂き、それを励みに少しずつ活動を再開しました。今年度は、幼稚園や保育園の園児さんにプレゼントしようと、「マスコット作り」に取り組んだり、茶話会で要望のあった「しめ縄作り講習会」を開催しました。どちらもたくさんの方に参加して頂き、「楽しかった!」という声や笑顔を見ると、就業だけではなく、このような取組もとても大切だと痛感しています。

★今後の活動予定や抱負についてお聞かせ下さい。

**瀬野:** 状況にもよりますが、今年は、大盛況であった「アロマハンドケア」を再開したいと思っています。こういう時期だからこそ、人と人の繋がりを大切に、みんなが元気になる活動を計画したいです。男女問わず、皆さん気軽に参加して頂けたらとてもうれしいです。私達一同、皆様のご参加をお待ちしています!

～すみれの会の皆さん、本日はありがとうございました。今後益々のご活躍をお祈りしています。～

## ★ふれあいショップ★

1月5日（木）～3月23日（木）までお休みさせていただきます。再開は、3月30日（木）を予定しておりますのでよろしくお願い致します。

## 書き損じはがき・食品の提供にご協力下さい！

シルバー人材センターでは、身近にできる社会貢献として書き損じハガキの回収やフードバンク活動、ユニセフの募金箱を事務所に設置しています。ぜひ皆様のご協力をお願い致します。

- ・書き損じハガキ・・・1月23日（月）までに回収箱へ  
舞鶴ユネスコ協会さんを通じユネスコ世界寺子屋運動への活動金へ
- ・フードバンク・・・生鮮食品を除く、賞味期限内の未開封の食品・飲料・調味料など（常時受付）  
特定非営利活動法人よのなか塾さんを通じ、必要な方へ

## 会員互助会からお知らせ

### ●「日帰り旅行」について●

「日帰り旅行」は、役員会で協議を重ねた結果、状況を鑑み、実施を見合わせる事になりました。楽しみにして下さっていた方も多数あると思いますが、ご理解頂きますようお願い致します。

尚、健康講座につきましては、3月に開催予定で準備を進めています。

同好会名	行 事 予 定	開 催 場 所
わかばコーラス	1月27日（金）13：30～15：00	東棟2階 サークル活動室
実用書道	1月11日（水）10：00～12：00 ※筆ペン、小筆、大筆等各自ご用意下さい。	本館 第2会議室
絵手紙	1月16日（月）10：00～12：00 ※モチーフ各自持参	東棟2階 サークル活動室
グラウンド ゴルフ	※1・2月は、天候不順のため活動を休止、3月から活動を再開します。	
卓球サークル （初心者歓迎）	毎週火・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





## 卯年生まれ 想いを語る



年男、年女の皆さんに今年の抱負、日頃の思いなどを語っていただきました！（順不同）

### ●卯年新春にウクライナを想う●

倉梯第1班 秋葉 實

7回目の卯年を迎えるにあたり、思い返すと色々な苦難に遭いました。最大の苦労は、第2次世界大戦末期の疎開生活でした。昭和 19～20 年、母の田舎である山形県に疎開した時の、ノミ、シラミに悩まされた記憶は忘れることができません。時代は異なりますが、今のウクライナの人達は、より大変な避難生活を必死で耐えていることでしょう。彼らに早く休戦の兆しが訪れます様、祈らずに居られません。

### ●私の健康法●

倉梯第1班 石神美千代

新年明けましておめでとうございます。

今年こそはと思いながら、何十年と明け暮れ誇れる事がないのですが、幸い豊かに生活出来たのは、しっかり食べ、しっかり働いてきた事だと自負しています。

旬の食材は生きる力、余すことなく頂き、時折貯金体操に励んでいます。

隠居等という美学は捨て去り、スーパーおばあちゃん達の背中を追いかけていきます。

### ●元気はつらつで●

大浦班 倉内よし子

明けましておめでとうございます。

私の趣味は、カラオケ、卓球、コーラス、有酸素運動等で、少しでも楽しく健康で過ごせるよう趣味の時間を大切にしています。

シルバーの仲間や職員の皆さんも、親切で明るく、元気な笑顔が何よりうれしく頼もしいです。

シルバーの良さを多くの人に知っていただけたら良いのになあとと思っています。

今年も、元気はつらつ、笑顔を大切に、皆さん良い一年を過ごしましょう！

### ●有意義な日々● 新舞鶴 A 班 大島勢津子

明けましておめでとうございます。

シルバーに入会して、丸3年が過ぎました。介護の仕事をしていたこともあり、近くの介護施設で食事介助の仕事をさせてもらっています。週に2日程度ですが、生活にメリハリがあり、気力も湧きます。その気力を維持する為にも、趣味の大正琴に励み、老人会のカラオケ、体操にも積極的に参加して楽しんでいます。

今年も元気で楽しく過ごせる事に感謝しながら、一日一日大切に過ごしていきたいと思っています。

### ●今年の抱負●

新舞鶴 B 班 左近誠二

あけましておめでとうございます。

「抱負」とは、やりとげたいと心の中に抱いている考えや計画です。

私の日頃の楽しみは、グラウンドゴルフです。ホールインワンが入ると飛び上がって喜び、入ったと思って出た時は大声で叫び悔しがる。自分ながら呆れています。20年以上プレーしていますが、優勝の喜びはまだ一度も味わっていません。今年こそは絶対に優勝を目指して頑張りたいと思います。

仕事も遊びも一生懸命にする事を心がけ、残り少ない人生、いや限りの人生を有意義に過ごしたいと願っています。

今年も一年良い年になりますように・・・。

### ●卯は跳ねる●

事業課長 奥本訓也

卯年は、ウサギが跳ねる特徴があるため、景気が上向いたり、回復すると言われているそうです。

卯年の人の特徴として、他人の意見に流されやすくまた感化されやすい、飽きっぽい一面もあるが、もの静かで行儀がよく、上品で繊細で、聞き上手な平和主義者らしいとのこと。

今年のシルバー人材センターの飛躍が卯年の人にかかっていることを心に刻み、日々精進してまいります。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。





賀正



絵手紙同好会の  
皆さんより

