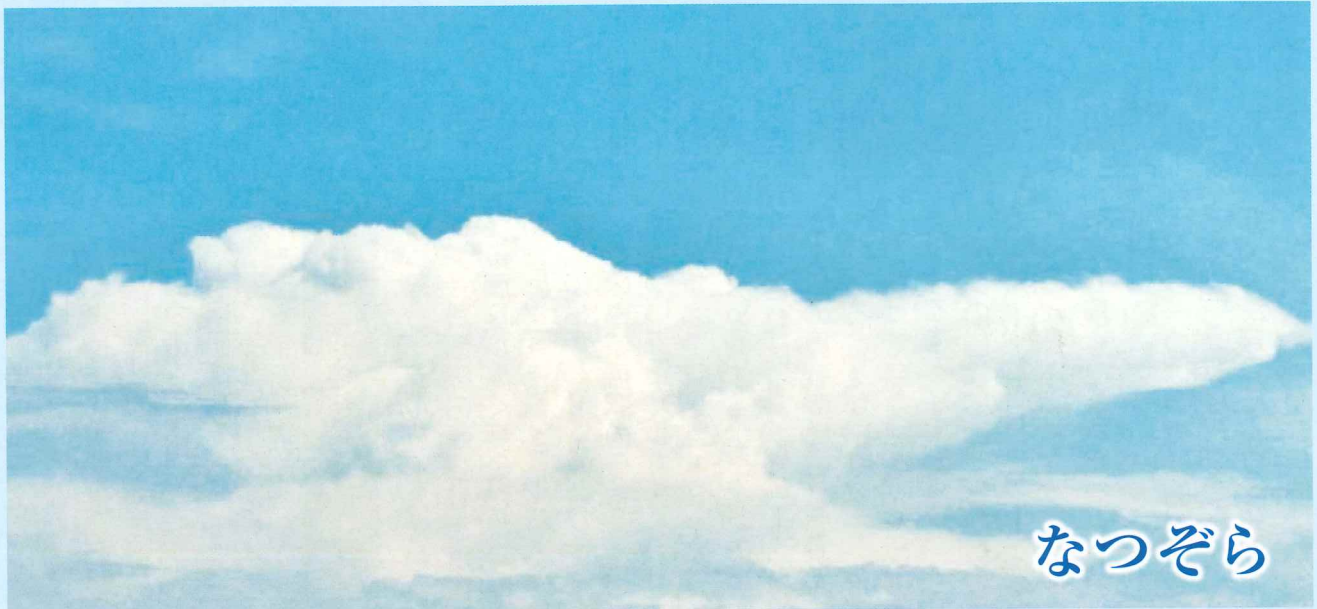


# シルバーだより 柏崎

第118号 発行日 令和元年9月15日

発行 (公社) 柏崎市シルバー人材センター  
〒945-0032  
柏崎市田塚3丁目11番30号  
TEL (0257) 24-2148(代)  
FAX (0257) 22-2438  
編集 同上 広聴広報部会  
印刷 (株) 小田

登録会員数 1,281人 男697人 女584人 8月31日現在



## 主な目次

定時総会	2
理事長挨拶	2
役員・地区委員・会員表彰	2
受賞者喜びの声	3
会員研修会	3
新任・退任役員挨拶	4
理事会だより	4
地区の動き	5
令和元年度主な行事予定	5
刃物研ぎ承ります!	5
いきいき就業体験	6
シルバーめい人登場	6
年会費未納の方へ	6
シニア作品展・じまん展の案内	7
事業普及啓発促進月間案内	7
女性活躍部会の活動報告	7
平成30年度 職群班々長・副班長及び 安全担当合同会議報告	7
パソコン相談	7
ニューフェイス	8
会員忘年会案内	8
就業相談室	8
私たちがヘルパーです	8
編集後記	8



令和元年度定時総会兼会員研修会



役員・地区委員・会員表彰者

当シルバー人材センターのホームページをリニューアルしました。会員向けのお知らせや就業情報(毎週水曜日更新)も掲載しますので、ご覧になってください。

<http://www.k-silver.jp/>

# 令和元年度定時総会 兼会員研修会開催

令和元年度定時総会兼会員研修会が、6月19日(水) 13時から柏崎市産業文化会館文化ホールで開催されました。

出席者255名、委任状696名で、会員総数1261名の過半数に達し、総会は成立しました。

本総会は、次のような次第で進められました。

- 一、開 会 (13時)
- 二、理事長挨拶
- 三、会員表彰
- 四、来賓祝辞

市長

市議会議長

ハローワーク柏崎所長

五、議長選出

六、議 事

第1号議案

平成30年度事業報告について

第2号議案

平成30年度決算報告について

監事の監査報告

第3号議案

定款変更について

第4号議案

役員を選任について

報告第1号

令和元年度事業計画

報告第2号

令和元年度収支予算  
七、第3回理事会  
第1号議案

理事長(代表理事)、副理事長(代表理事)、常務理事の選定について

八、会員研修会

九、閉 会 (16時)

## 小林理事長挨拶

私たち、シルバー人材センターは、会員皆様の頑張りと誠意ある仕事ぶりが高く評価され、厚生労働省の【キラリシルバー応援事業】の指定を受けております。

この事業展開のうち、二つの施策について紹介します。

一つは、QRコードを使った会員のメンバーズカードの導入です。これは、シルバー人材センターへの貢献度に応じてポイントを貯めることが出来、そのポイントを使って色々な還元とご褒美を受け取ることが出来ます。

会員の皆様には、ぜひ積極的にシルバー人材センターで活動され、より多くのメリットを受け取って頂くことを期待しております。

もう一つは、先進的な情報発信と小冊子「シルバー早わかりマンガ(入会編)」の発行です。

先進的な情報発信では色々な手

段を考えております。その一つに、FMピッカラで「いきいきシニア GO!GO!」と言う番組を定期で放送し、地域の皆様にシルバー人材センターを理解いただき、より多くの就業の機会を確保してまいります。

「シルバー早わかりマンガ(入会編)」では、「そうだったのかシルバー人材センター、もう一つの人生への誘い」をテーマに、マンガで分かりやすく解説して、シニア層に配って入会者を増やし、シルバー人材センターの拡充と地域への貢献を高めてまいります。



こうした取組がヒントとなつて、全国シルバー人材センターに広がっていくことを期待しています。

シルバー会員の皆様が、活躍されるためには健康が大切です。これからも、安全就業の推進と交通事故防止に気配りをお願いします。

最後に、会員各位と事務局・役員の一体感ある取り組みで、業績をあげながら、より一層市行政や

地域に貢献するシルバー人材センターとして努力することを、皆さんと共に誓って挨拶とさせていただきます。

## 役員・地区委員

### ・ 会員表彰

#### 役員表彰 (4名)

大矢英夫(西山)、近藤まゆみ(比色)、本間シゲ子(海岸)、前澤新五郎(田尻)

#### 地区委員 (1名)

大橋正治(中・南鯖石)

#### 会員表彰 (28名)

吉田直子(松浜)、片山智恵子(剣野)、灰野正義(西山)、小玉榮治(西山)、竹内金太郎(高田上条)、柏井信義(東部)、小林一夫(比色)、深井幸雄(海岸)、佐藤忠夫(東部)、小暮吉雄(田尻)、山崎正敏(西山)、桑原由松(比色)、山崎幸男(中・南鯖石)、上村進(田尻)、野中テリ子(東部)、小平淑子(比色)、田村実(東部)、間島要子(比色)、萩野敏久(北鯖石)、下條八重子(西中・中通)、近藤禎子(海岸)、中村保(田尻)、倉部マサ子(西中・中通)、笠井正(半田)、近藤優(海岸)、大島昭男(東部)、宮崎岩夫(田尻)、細山義基(半田)

表彰者を代表して前澤新五郎氏が賞を受け取りました。



### 受賞者喜びの声

比角地区1班 小平 淑子



この度は、身に余る賞をいただき、誠にありがとうございました。

10年前、何か社会に貢献できることはないだろうか、との思いでシルバー会員に登録させていただきました。  
買い物、病院への付き添い、特養施設の清掃等の仕事を経て、現在は児童クラブの補助員をしています。

「ただいまあ」と元気な声でクラブ室に来て、帰りには「お迎えですヨ」と声掛けするとニコニコ嬉しそうに、ご家族の下へ駆け寄っていき。そんな姿を見るとホッと、心が和みます。

学校と家庭をつなぐ、ほんの少しの時間ですが、子ども達と一緒に過ごせることが、今の私の「生きがい」になっています。

これからも、子ども達に寄り添い怪我のないよう見守っていかうと思っております。

### 議事

議長に、広川収氏(半田)を選出して議事が進められました。

提案された議案は、いずれの議案も提案通り、承認されました。

なお、第4号議案において、役員の変更が行われました。

大矢英夫理事、近藤まゆみ理事、本間シゲ子理事、白川正志理事、前澤新五郎監事が退任され、新理事に新保正博氏(西山)、布施陽子氏(松浜)、中村文威氏(田尻)、新監事に早川文雄氏が推薦され、承認されました。

総会終了後、理事会において理事長に小林和徳氏、副理事長に淵岡克生氏、常務理事に青木健氏が選任されました。

### 会員研修会

#### 演題

「まだ間に合う!認知症予防」  
〜認知症にならないための3つのポイント〜

#### 講師

柏崎市健康推進課 保健師  
山田 早悠里 様

#### 講演要旨

#### 認知症は早期に見つける

軽度認知障害から「正常に戻る回復率は30〜40%」であり、「認知症発症時期を遅らせる」ことができます。

#### 「軽度認知障害のチェックリスト」

- ①物忘れがひどいと思う
  - ②頻繁に置き忘れがある
  - ③しようとしていたことを忘れる
  - ④おっくうで何事もやる気がおきない
  - ⑤漢字が出てこない
  - ⑥今日が何日かよく忘れる
  - ⑦家電製品などの操作にまごつく
  - ⑧会話で言葉が出てこない
  - ⑨新聞や本を読まなくなった
- ※3つ以上あてはまれば、周りから指摘をうける場合は要注意
- #### 認知症の3つの予防法
- ①頭の運動

(ストレス厳禁、楽しみながら)

- ゲーム(トランプ・囲碁・将棋)
- 料理や小旅行(話し合い、立案)
- ②生活習慣の見直し

○高血圧症、糖尿病の治療

○規則正しい生活

○食事のとりかた

(塩分控えめ、水分を多く、よく噛む、食事は野菜から、炭水化物の重ね食いはしない)

○多くの人と交わり、楽しい会話を

#### ③運動のすすめ

○20〜30分の少し汗ばむ程度の運動を週2回行う

#### 二つの事を一緒にする

- 歩きながら、しりとりをする
- 料理しながら、歌をつたう
- 掃除しながら、「赤い物と言えは…」と連想し声にだす

#### 包括支援センターへ相談しましょう

「最近おかしい」と思ったら早めに相談を。症状にあった治療や介護などの準備が始められ、本人も家族も安心できる事が多いです。



「認知症予防」  
の3つのポイント  
〜講師 山田早悠里様

## 役員新任挨拶

西山地区3班 新保 正博



先の総会で新理事に選任されました新保です。なにもわからずに気楽に引受けてしまい反省しています。

さらに、広聴広報部会との事で引受けたからには、シルバー人材センターの事を少しでも勉強し、先輩の皆様と伴に理事の職務を遂行して行きたいと思えます。

お年寄りや地域で困っている方が多いと聞いています。シルバー人材センターの一員として少しでもお役にたてればと思います。

松浜地区4班 布施 陽子



会員にさせて頂いてから日の浅い私ですが、この度理事の大役を受けさせて頂きました。

昭和、平成、令和へと環境や価値観が大きく変化する中、地域の皆様から私たちシルバー層への期待も益々大きくなっています。

現在進められている新事業をはじめ、全国から注目を集めているこのすばらしいセンターと、会員の皆様の手続きなどにならないよう努めさせて頂きたいと思っておりますので、ご指導よろしくお願いいたします。

田尻地区3班 中村 文威



令和元年、人生100年、高齢者運転社会、2000万円悩ましい現実ではあります。皆様健康にてお過ごしのことと思います。

お陰様で会員として9年目になりました。多種多様な就業を経験させて頂き多くの会員とも触れることができ、春風の様に日々が去って行きます。

就業形態は多様化していますが「百玉、自立、共働、共助」の理念の下に社会参加に邁進したいと思えます。シルバー事業発展に今後ともよろしくご支援、ご協力をお願いいたします。

早川 文雄



監事に選任されました早川です。適正な監査に努めてまいります。よろしくお願いいたします。

シルバー人材センターというところ除草や庭木の手入れというイメージがありました。派遣事業や職業紹介まで幅広く、また総会資料を拝見すると、会員の皆様がエンターテインメントしている職群は9種にも及び、いろいろな分野の仕事に就かれていますことに驚きました。

高齢者が入会できるシルバー人材センターが、高齢者の健康を維

持するための解決策の一つになっているように思います。会員の皆様と同様に、元気でセンターの運営に関わってまいりたいと思っております。

## 役員退任挨拶

西山地区2班 大矢 英夫

この度、理事職を退任させていただきます。在任中は大変お世話になりました。

任期の間、主に屋外作業を中心に活動をし、皆さんと協力して事故やケガもなく無事に勤めあげられたことを感謝いたします。ありがとうございました。

## 理事会だより

### 平成31年度第1回

平成31年4月26日(金)

#### 議事

- 一、入退会者承認について
- 入会27人、退会0人、27人増
- 一、定款変更 介護保険法に基づく事業について
- 一、定款変更 会員の種別・入会について
- 一、財政運営資金積み立て資産の取り崩しについて

報告事項

- ◆最近の動向について
- ◆その他

### 令和元年度第2回

令和元年5月29日(水)

#### 議事

- 一、入退会者承認について
- 入会14人、退会48人、34人減
- 一、平成30年度事業報告について
- 一、平成30年度決算報告について
- 一、監事の監査報告
- 一、定款の一部変更について

報告事項

- ◆最近の動向について
- ◆その他

### 令和元年度第3回

令和元年6月19日(水)

#### 議事

- 一、代表理事の選任について

### 令和元年度第4回

令和元年7月26日(金)

#### 議事

- 一、入退会者承認について
- 入会27人、退会11人、16人増
- 一、職員就業規則改定について
- 一、回収不能による未収金の欠損処理について
- 一、その他

報告事項

- ◆最近の動向について
- ◆その他

比角



西部



令和元年度 主な行事予定

9月	いきいき美容教室 [5日 (木)]
	こころとカラダの健康づくり [13日 (金)]
	地区委員長会議 [17日 (火)]
	会員日帰り研修旅行 [25日 (水)]
	手芸講習会 (来年の干支作り)
10月	事業普及啓発促進月間
	シニア作品展・じまん展 [26日(土) 27日(日)]
	生涯現役促進セミナー [18日 (金)]
	越後柏崎えんま祭り [20日 (日)]
11月	料理講習会
12月	会員忘年会 [14日(土)]
3月	安全推進員及び職群班合同会議
	女性会員の集い

地区の動き

地区	月/日	会場	参加者
田尻	3/9	にくよし	20名
松浜	3/16	松波会館	19名
高田上条	3/16	高田コミセン	14名
海岸	3/23	産文	18名
比角	3/24	シルバー人材センター	22名
西部	3/24	中央地区コミセン	5名



海岸



高田上条



松浜



田尻



刃物研ぎ承ります!!

包丁、カマやハサミなど刃物の研ぎ直しを承っております。

熟練の技術で納得の切れ味に回復させます。

刃の欠けたものや、錆の付いたもの、柄の交換なども受け付けております。

シルバー人材センターにお問い合わせ、お持ち込みをお待ちしております。

# いきいき 就業体験

私達の仲間はいろいろなところで活躍しています。会員皆様の生の声を掲載いたします。

## 心が和む移動図書館業務

比角地区2班 洲崎 建一

平成23年8月に会員登録しました。現在8年弱に至っています。移動図書館業務は午前9時から午後3時までの就業時間5時間です。



4人体制で2人一組で行っています。業務内容は普通車箱バン車に折りコンに入った絵本、料理など、色々なジャンルの本、ノートパソコン、プリンターの入ったケースを車に積み、出発時の車両点検後、ソフィアセンターを出発し目的の小学校に向かいます。

到着後、晴れの日は児童玄関前のスペースで、雨天時は児童玄関

内のフロアで車から本や業務物を降ろします。その場所で地域の人や児童、先生に本の貸し出し、返却業務を行います。

児童と触れ合いながら「本、何冊借りられるの?」「貴方が持っている数かな」そんな色々な会話に心がいやされます。

私自身も子ども達が受ける印象に気をくばっています。午後からも次の学校へ行き同じ業務を行います。終了後、ソフィアセンターに戻り業務書類を書き、パソコンで本館のパソコンにデータを保存して終了になります。

お世話様です。頑張ります。

## 児童クラブ指導員補助業務

海岸地区1班 水野 由美子

働き始めて早5年。元気一杯の子ども達に囲まれて、私はパワーを沢山貰っています。

元気な子ども達ですから元気が余って、時には喧嘩になったり意地悪をしたりと色々な事が起きますが、指導員の先生に教えを請い



ながら、楽しく仕事をしています。とまどいながらも、初めて叱ってしまった男の子。その子も今年6年生。学校の廊下で出会うと、今でもニッコリ笑って、手を挙げてくれます。

退所していった子ども達も、会うと背を比べてきては「先生、ちっちゃくなった?」とからかってくる。水野と呼び捨てにされたり。そんな時は一言、「呼び捨てにしてもいいのかな?」と悪い口が言っているのかな?と笑いかけながら言うのと、相手は「へっへっへ」と照れ笑い。

今でもクラブの事を忘れないで、声をかけてくれる子ども達。こんな良い子達と一緒に過せる補助員としての仕事が生き甲斐です。

家の人がお迎えに来られるまで、怪我の無いよう楽しく過せるように、一緒に色々な事をしながら見守ってゆきたいと思っています。

## シルバーめいん登場

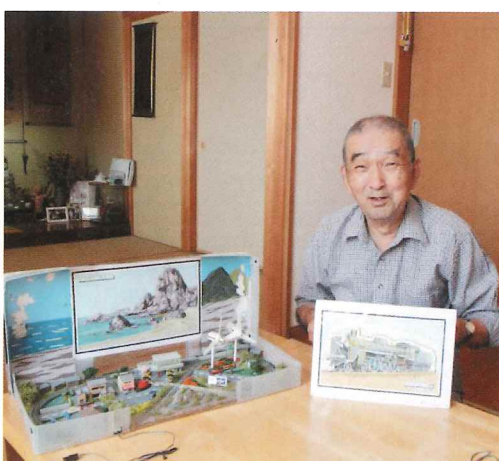
その三八

### 「鉄道へのあこがれ」

西部地区2班 藤田 賢一

昭和30年代、鉄道ではまだ蒸気機関車(SL)が全盛の頃で、私とし

ては将来SLの機関士(運転士)になりたい。という夢を持ったのが鉄道への興味の持ち始めで、以来60〜65年鉄道に関する事(例、写真を撮る、模型を作る、路線の乗りつぶし等々)を手掛けてみました。



私も歳をとりました。これからは皆さんもご存知の各停、快速のみ乗れる「青春18きっぷ」を使って、興味ある所へ行ってみようと思っています。

ちなみに、昨年はその切符で「仙台七夕まつり」に行ってきました。

## 年会費未納の方へ

令和元年度会費未納の方に、9月中旬以降お支払いのご案内を送付いたします。

お早めに納入いただけますようお願いいたします。

## シニア作品展・じまん展の案内

とき 10月26日(土)

10時～16時

10月27日(日)

10時～15時

ところ ソフィアセンター

(市立図書館)

柏崎市老人クラブ連合会主催  
(シルバー人材センター共催)で  
シニア作品展・じまん展が開催さ  
れます。

シルバー人材センター紹介コー  
ナーや作品紹介コーナーがありま  
すので、会員のみならずもぜひお  
出かけ下さい。

展示品の募集をします。

作品は日本画・洋画・彫刻・陶  
芸・書道・写真・手芸品・編み物  
などなんでも結構です。

また、骨董品・じまんできる  
物・昔作った物なども大歓迎です。

出品していただける方は、10月  
4日(金)までに事務局に連絡下さい。

出品数 一人二点まで  
(☎24-2148)



## 事業普及啓発促進月間案内

全国シルバー人材センター事業  
協会では、10月1日から31日まで  
を「シルバー人材センター事業普  
及啓発促進月間」と定め、セン  
ターの事業理念を広く市民のみな  
さんにご理解いただくため、全国  
的な普及啓発活動を展開してい  
ます。

当シルバー人材センターも、  
この期間中に会員の増強と就業  
機会の拡大を進めています。新規  
会員の募集や、会員の経験を活  
かす就業の開拓推進などを目的  
に、各イベント会場にてリーフ  
レットを配り、PR活動を行いま  
す。

今年もまた「シルバーの日」10  
月19日(土)を中心に、各地内で  
クリーン作戦(清掃ボランティア)を  
実施する予定です。



近隣の施設や道路沿いのごみ  
拾い、草取りや清掃を行います。  
多くの会員の方が参加されます  
よう、お願いします。

## 女性活躍部会の活動報告

○手芸講習会 (干支作り)

開催日 平成30年9月13日(木)

20日(木)

参加者 各18名

○料理講習会

開催日 平成30年11月30日(金)

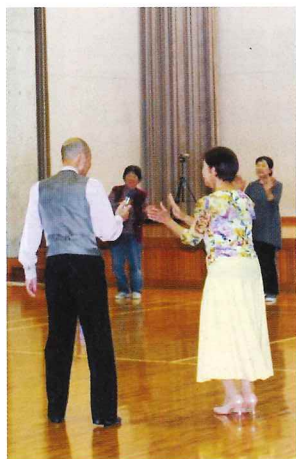
参加者 23名



○健康教室

開催日 平成31年3月22日(金)

参加者 29名



平成30年度  
職群班々長・副班長及び  
安全担当合同会議報告

開催日 平成31年3月13日(水)

参加者 63名

内容 ①理事長挨拶

②危険予知に対するグルー  
プディスカッション

③事故の概要

④その他連絡事項

⑤声出しシートによる指差  
呼称の唱和



『やまゆり』

無料パソコン相談コーナー

毎週、金曜日午後1時～3時  
まで開いています。

お気軽においでください。

## ニューフェイス



町田 亜紀子さん  
平成31年4月1日  
サービス提供責任者  
として採用



小山 房子さん  
令和元年5月1日  
サービス提供責任者  
として採用

今後の活躍を期待します

柏崎市シルバー人材センターでは平成12年より始まった公的介護保険制度において、県の指定を受けて訪問介護の仕事を行っています。内容は、要介護1～5に介護認定された方の生活援助(掃除・洗濯・買い物・調理)、軽度の身体介護(食事・入浴・排せつの介護など)です。

また、平成29年4月より始まった介護予防・日常生活支援総合事業においても、市の指定を受けて、要支援1～2、事業対象者に認定された方に生活援助、身体介護の介護を行っています。

## 私たちがヘルパーです



現在、訪問介護員(ヘルパー)は介護職員初任者研修修了以上64名、柏崎市訪問型サービスA従事者等養成研修修了44名登録しています。

シルバーのヘルパーさんは、利用者様と年齢が近いことで料理の献立や味付けが上手なことや、訪問件数を多く抱えないことで、ゆとりのある対応が出来る為大変喜ばれています。

今後、ヘルパー不足にならないよう資格を持っている方にはぜひ入会して頂き、活躍していただけたらと思います。

## 会員忘年会のご案内

日時 令和元年12月14日(土)  
13時開会

会場 柏崎市産業文化会館3階  
(駅前2丁目)

会費 男 3,300円 女 3,000円

申込 12月4日(水)までに会費を添えて事務局までお申し込み下さい。

## 就業相談室開設

未就業の方々や現在の就業に満足出来ない方々のお気持ちを聞き、より良い就業が出来るような相談室を開設しています。

ご希望の方は必ず電話予約をしてください。

## やまゆり通信

紙面の都合により今回はお休みします。

## 編集後記

今年の会員研修会は「認知症」に関する講演でした。

認知症は、他の病に比べて家族への負担が大きく悲惨な病のように思われます。

そうした認知症を予防するのにシルバー人材センターが「役買っています」。

健康で働くことで適度な運動をし、食生活を豊かにし、仲間達と生きがいある生活をする。

このように認知症予防に有効な「栄養・運動・生きがい」をシルバー人材センターでは提供しています。

会員の皆さんが健康な生活を送れることを願っています。(中静)

写真が語る

# 柏崎・刈羽 出雲崎の100年

9月20日発売  
限定1500部

心躍る感動の写真600枚を収録  
A4・上製本・280頁・いき出版 定価9,990円(税込)

ご注文はわたじん書店へ!  
☎0257-22-7300

えんま市のにぎわい(昭和92年)柏崎市立図書館提供