

# シルバーだより 柏崎

第105号 発行日 平成25年1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 広報部会  
印刷 (株) 小田

登録会員数 1,185人 男716人 女469人 12月25日現在

## 迎春



### 主な目次

理事長年頭の挨拶	1
事務局長新年挨拶	2
正副地区委員長会議	2
理事会だより	2
ワークプラザ柏崎感謝祭	2
グリーン作戦実施	3~5
シニアじまん展	6
農場体験ツアー	6
「やまゆり」通信	7
いきいき就業体験	7
講習会報告	8
SP報告	8
シルバー豆知識	8
柏崎市シルバー 人材センター紹介	9
ワークプラザ柏崎紹介	9
会員日帰り旅行ご案内	10
ふれあい交流会案内	10
年会費納入について	10
就業相談室	10
パソコン相談	10

先日、テレビで新潟の片桐く夫妻の話がありました。「インドに旅した時、毛布一枚にくるまって寝ていた子供にけつまずいて、ストリートドルレンの存在を知り支援活動を始めたが、施設運営費の捻出に定年後も働いている。感動とは感じたら動くことだ」と語っていられた。これこそ、輝けるシルバーライフかもしれないと思います。

先日は、テレビで新潟の片桐く夫妻の話がありました。「インドに旅した時、毛布一枚にくるまって寝ていた子供にけつまずいて、ストリートドルレンの存在を知り支援活動を始めたが、施設運営費の捻出に定年後も働いている。感動とは感じたら動くことだ」と語っていられた。これこそ、輝けるシルバーライフかもしれないと思います。



### 日本人の心

理事長 千原 昭夫

あけましておめでとついでいいます。  
旧年中はセンターの運営にご協力いただき厚く御礼申し上げます。

去る十一月、宇宙旅行士の星出彰彦さんは、地球への帰還第一声で「この美しい惑星に生まれてよかった。宇宙滞在四か月、楽しい日々だった」と述べておられた。

私は宇宙、地球、日本という視点で思考した事がなかったので、本棚の片隅で眠っていた樋口清之さんの日本人論を読み返してみた。

「日本は湿気の国である。湿気が日本人の衣食住に強い影響を与えている。私たちは客を迎える時、玄関や庭に打ち水をする、欧米では濡れていると拭き取って客を迎える。日本人は打ち水に心から喜びと親しみを感じ、その敬意に感謝する。私たちは庭をつくり、石を置き、木を植え、池をつくり、苔が生える姿を楽しんでいる。さらに周りの景色をも取り込み、借景として楽しむ心がある。自然と闘い、征服する過程で文化を築きあげてきた欧米人と自然を調和していく過程で文化を育ててきた日本人との差が、そこにある」と。



# 新年おめでとつづぎたいです

事務局長 小池 芳典



公益社団法人としてスタートして早や一年になりません。公益性が重視され、より責任が重くなりました。今まで以上に新しい事業展開の必要性を感じます。

また、経理面では公益社団法人への移行により三会計（シルバー事業、介護保険、ワークプラザ柏崎）が一緒になりましたが、今まで以上にそれぞれ実績を上げるべく切磋琢磨していかねければなりません。

また、中国との外交問題や景気回復の兆しが見えない経済情勢の中、シルバーの目標である会員の「働くこと」と「生きがい」をいかに充実していくか、特に「不足業種会員の確保」と「誰でもできる仕事の開拓」など、知恵を出し合いこの厳しい現状を乗り越えていかなければなりません。今年も皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。



## 正副地区委員長会議開催

九月四日、シルバー人材センターにて各正副地区委員長が出席のもと、会議が開催されました。理事長の挨拶の後、十月の普及啓発月間にあわせて毎年実施しているクリーン作戦実施のお願いと説明がありました。

事務局長より公益社団法人への移行に伴い、地区懇談会の取扱いについても説明がありました。

他に事務局より、ワークプラザ柏崎で開催される「感謝祭」への参加、あわせて会員へ「シルバーだより柏崎」の配布が依頼されました。

## 理事会だより

(第二回) 十二月十九日(水)

### 一、議題

●入退会者承認について

(八月〜十一月)

入会三四人、退会二十人、

十四人増

●規程集について

二、その他

●中間監査報告について

●新潟労働局の指導について

●事務局の提案通り承認。

●その他

## ワークプラザ柏崎 感謝祭

去る九月二三日(日)、ワークプラザ柏崎において「感謝祭」が開催されました。

今年のテーマは「癒し！」。昨年のテーマ「元氣！」を受け、日々一生懸命頑張っている方に癒しをという意味も込めての開催でした。



恒例の喫茶「めぐ」による軽食コーナーをはじめ、パッチワーク教室、書道教室及びシルバー人材センター会員による作品展示、多目的ホールステージでは、わたじん楽器様によるヤマハエレクトーンミニライブ、お客参加型の笑いのヨガ、極真館様による極真空手演武等が披露されました。さらに好評につき、「やまゆり」を再現し、野菜即売を中心に人気を集めました。利用者団体PRコーナーの設置、懐かしの駄菓子屋さんも登場、サンキュー価格三九〇円の「鯛めし」の販売あり、今年は、かしもりによる柏崎イチオシグルメや商品が満載でした。ワンコインカイロプラクティック体験施術会は、多くの方が利用しました。

当日の天候は、小雨ではありませんでしたが、多くの来場者があり、大好評でした。





# 事業普及啓発促進月間

(平成24年10月1日～31日)

## 全地区 クリーン作戦実施

「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」(平成五年から開始)が例年の通り十月の一个月間、実施されました。

「事業普及啓発促進」の趣旨を踏まえ、毎年当シルバーでも会員のボランティア活動として、各地区でクリーン作戦を展開しています。

今年もシルバーの日(十月二十日)を中心に各地区で多数の会員と職員も参加して、無事クリーン作戦を終了しました。

地区	班	実施日	人数(人)
東部	1～5班合同	10/13	16
比角	1～2班合同	10/20	5
	3～5班合同	10/27	8
	6班	10/20	10
	7班	10/20	7
	8班	10/20	15
西部	1～2班合同	10/20	9
海岸	1班	10/27	6
	2班	10/20	3
	3班	10/20	7
枇杷島	1班	10/20	8
	2班	10/21	10
	3班	10/20	7
田尻	1～4班合同	10/13	28
高田・上条	1～4班合同	10/20	16
松浜	1～6班合同	9/30	10
北鯖石	1～3班合同	10/14	6
西中・中通	1～3班合同	9/22	7
	4～5班合同	9/26	9
	6班	10/21	8
北条	1～2班合同	10/20	11
中・南鯖石	3～6班合同	10/20	11
剣野	1～2班合同	10/20	8
	3～4班合同	10/20	11
半田	1～2班合同	10/ 7	19
高柳	1班	10/ 7	16
西山	1～6班合同	10/20	20



東部地区 1～5班

市役所(ガス水道局前)ごみ拾い・清掃



比角地区 1～2班

警察署(白竜公園歩道)清掃・除草



比角地区 3～5班

比角コミセン脇公園 草取り・ごみ拾い



比角地区 6班

田塚郵便局周辺道路 草取り・ごみ拾い



比角地区 7班

訪問看護ステーション(つくし)周辺ごみ拾い



番神諏訪神社  
草取り



海岸地区

1班

柏崎神社  
草取り・落葉拾い



西部地区

1〜2班

御野立公園  
ごみ拾い



海岸地区

3班

豊洲神社  
草取り・ごみ拾い



海岸地区

2班

枇杷島コミセン  
空き缶ごみ拾い・草取り



枇杷島地区

2班

J.A中央柏崎  
空き缶ごみ拾い・草取り



枇杷島地区

1班

田尻コミセン  
草取り



田尻地区

1〜4班

コメリ書房  
空き缶ごみ拾い・草取り



枇杷島地区

3班

松波保育園  
草取り



松浜地区

1〜6班

高田コミセン  
空き缶拾い



高田上条地区1〜4班

西中通コミセン  
草取り・清掃



西中通地区1〜3班

北鯖石コミセン  
草取り



北鯖石地区1〜3班



吉井公園 ハス池周辺  
ごみ・空き缶拾い



西中通地区

6班

日吉小学校グラウンド  
草取り



西中通地区4～5班

中鯖石コミセン  
草刈り・庭木手入れ



中南鯖石地区3～6班

広田農村公園  
草取り・トイレ清掃



北条地区  
1～2班

赤坂山公園周辺  
ごみ拾い



剣野地区

3～4班

剣野集落センター  
ごみ拾い・側溝掃除



剣野地区

1～2班

岡田集落センター～国道  
ごみ拾い



高柳地区

1班

半田コミセン周辺  
ごみ拾い



半田地区

1～2班



ふるさと公苑  
草取り



西山地区

1～6班



## シニア作品展・じまん展

今年で十九回目となるシニア作品展・じまん展が柏崎市老人クラブ連合会主催でソフィアセンター二階展示ホールにおいて十月二十七日～二十八日に開催されました。



当シルバー人材センターは、この展覧会の共催をしており、会員の皆さんより自慢の作品や品物（コレクション、手芸、書、陶芸、わら細工、日本画など）を毎年出展していただいています。

今年も出展者の中からシルバー会員、矢代三三郎さん（書）、大図昭一さん（手芸）、高橋タカ子さん（手芸）、井川明紀夫さん（写真）、中村一夫さん（写真）、曾田長之さん（竹細工）が受賞されました。

シニアじまん展は年々出展数が少なくなっています。

今年では会場の空いたスペースは特別養護老人ホームの作品が展示されました。

ぜひ、来年も皆さんからの沢山の出展をお願いいたします。

会場内にはシルバーの紹介コーナーもあり、研修部、婦人部の方に飾り付けとPRパンフレットを配布していただきました。

また、例年通り「NET・陽だまり」のコーナーも設けられました。会員の撮った写真展示やムービー劇場が好評でした。



## 有機野菜栽培 農場体験ツアー

今回の「秋の陣」は、「春の陣」に参加された世田谷区シルバー人材センターの会員の方を中心に三二名の参加があり、去る十月二三日（火）～二四日（水）に開催されました。



一日目…東京出発↓途中SA（昼食）↓みんなの農場（収穫）↓原酒造（酒彩館）↓愛菜館（芋煮会）↓宿泊旅館  
二日目…シルバーの直売所「やまゆり」見学↓日本で唯一の木村茶道美術館（茶席体験）↓日本海フィッシャーマンズクープ（お土

産処でお買い物）↓東京

当日は、大降りの雨となりましたが、参加者は、雨具持参でやる気満々、一時、小雨になった際に、作業をすることが出来て、自分の植えた芋の成長ぶりにご満悦でした。芋煮会は、雨のため室内（愛菜館）での開催になりました。農場でとれた里芋を使ったおいしい汁おにぎりはたいそう美味しかったですよかったです。

雨になった「秋の陣」ではありませんでしたが、参加者より喜びの声をたくさんいただきました。





# やまゆり通信

シルバー人材センターの運営する「やまゆり」は、平成二十三年にリニューアルオープンし、昨年十月で一年がたちました。

十月二日は、えんま通り商店街でえんま祭りが開催され、「やまゆり」も参加しました。

今回のえんま祭りは、「カレーの鉄人三種食べ比べ」や、パン屋の競演他多くの催し物が開催され、「やまゆり」では、新鮮朝採り野菜がにぎやかに並び、多くのお客様がいらっしやいました。



今回のえんま大王行列には、理事長も参加し、商売繁盛の声かけとともに練り歩きました。

九月二三日（日）には、ワークプラザ柏崎感謝祭にも出店し、多くの方に喜ばれました。

お店番ボランティアの方を募集

しております。お願いできる方は、事務局までご連絡下さい。

**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。

## 筆耕作業の想い

枇杷島地区 柳 昭三

平成十四年十一月に入会させて頂きました。

今年の六月にシルバー人材センターより表彰され感謝の気持ちで一杯です。

主に筆耕の仕事のみと思っていましたが、遺跡発掘の仕事もあると聞き自分はその仕事に興味があり就業しました。

また柏崎工業高校の日直や、駅前駐輪場も就業していましたが、二股をかけての仕事は歳を重ねる毎に、体力と根気が続かなくなつた今、筆耕のみやらせて頂いております。賞状や感謝状に御本人の喜びの思いや、年賀状の宛名書きはお客様の年頭の挨拶ですので、丁寧、且つ間違いのない様にと緊張の連続です。

また、講演の演題や看板、記念

式の式次第も書いていますが、特に卒業証書の名前書きは御本人の誕生時の役所に届け出た文字通りで辞典にも無い文字も時にはあります。とにかく一番気遣って居ります。



自分自身、一仕事毎に満足するような筆耕ではないが、体が続く限り有りがたく一生懸命真剣に続けて働きたいと思えます。

## しおかぜマラソン

西中・中通地区 関矢 勇

レースが、スタートしてから程なく、道路は交通規制となり、しばらくすると、第一走者が近づいてくるのが見えた。目の前を、力

強い大きなストライドで走り過ぎた時、自分が走っているわけでもないのに、なぜか、全身に力が入ったような感じになりました。遠い昔の記憶を、身体が反応したのか。勉強は嫌いで、運動大好きタイプでしたから。

ともかく、担当場所、トラブルなく、安全に走路員の業務が終了できた事が良かったと思います。残念なのは、復路で、「給水所はまだ先ですか?」「えっ?」それが、配備されているのかどうかも全く分からず、答えられませんでした。





## 婦人部会主催 講習会報告

### 料理講習会

十月二十九日（月）柏崎市民プラザにて、料理講習会が行われました。

季節の旬の野菜や身近な食材を使った年配の方にやさしい料理。



メニューは、サンマの焼き付け、豆乳のごま豆腐、じゃこごはん、きのこの沢煮椀、かぶの千枚漬け風、さつまいもの茶巾と盛りだくさんでした。

男性四人を含め二七名の参加者により終始なごやかに催されました。

## 救急法講習会

十一月十四日（水）シルバー人材センター2F 技能研修室にて、

日本赤十字社より講師を迎え、救急法の講習会が開かれました。

シルバー会員のヘルパーの方を中心に十五名の参加がありました。

訪問先でのとっさの時に対応するための救急法講習会とし、心肺蘇生法やケガの処置の実習を、一人一人実践させていただきました。

一般家庭へ就業されている方もあり、有意義な講習会になったと思います。



## シニアワークプログラム 講習会報告

### 営農サポーター講習会

新潟県シルバー人材センター連合会主催の営農サポーター講習会（柏崎会場）が七月二十四日～九月

二七日までの間に十日間行われました。

座学とおもに市内春日実習農場で実習が行われ、野菜作りの基礎を学びました。

参加人数十三人、今後、農場分野での活躍が期待されます。

## シリバー豆知識

### 知っておいて欲しいこと

その四十五

### インフルエンザの 予防について

一、流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低減させる効果と、インフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効とされています。

二、飛沫感染対策

インフルエンザの感染経路は

咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴（飛沫）による飛沫感染です。したがって、飛沫を浴びないようにすればインフルエンザに感染する機会は大きく減少します。普段からみんなが咳エチケット（他人に向けて発しない。できるだけマスクをする。手のひらで受け止めたらすぐに手を洗う）を心がけましょう。

三、外出後の手洗い等

流水・石鹸による手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを除去するために有効な方法です。

四、適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。

五、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日頃から心がけましょう。

六、人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、特に高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。



# 「柏崎市シルバー人材センター」紹介 第六回

## 手芸作品の販売

婦人部が中心となって、手芸作品を製作し、「やまゆり」で販売しています。

お正月には干支の置物、ひな祭りにはおひなさま人形、クリスマスにはサンタのフェルト人形やリースなど、季節にあった作品や、毛糸のベスト、花のブローチ、携帯ケースなど等、いままでたくさん作品を製作し販売してきました。



月二回木曜日に手芸教室を開催しています。興味がある方は事務局まで連絡下さい。



# 「ワークプラザ柏崎」紹介 第七回

ワークプラザ柏崎の各お部屋(室)の紹介をします。  
今回は多目的ホールについて紹介します。

## ○多目的ホール

※室の大きさ(三二八㎡)  
定員一五〇名

多目的ホールは、玄関を入り右側の展示ホール奥にあり、館内で一番大きなお部屋となっております。

バドミントンコート一面をとれる広さがあり、各種スポーツサークル等の利用が多くあるホールとなっております。ステージや、簡易照明もあるため、コンサートや講演会にもご利用いただけます。

壁がホールエコーのかかりにくい構造となっているため、ジャズやアコースティック系のライブには最適です。

エアロビクスや太極拳、リズム体操、音楽団体等、幅広く利用されています。





# 年会費未納の方へ

二四年度会費は、昨年の四月末日までにご入金いただくことになっております。

会費未納の方には、十一月下旬に振り込みのご案内をしました。

まだ会費が未納の方は、早急に納めていただきたくよろしくお願ひします。

**募集**  
定員45名



## 会員日帰り旅行ご案内

### 東京スカイツリー 1泊2日 ツアー

期日：平成25年3月5日(火)～3月6日(水)

会費：お一人様 26,000円 (車中及び夕食時の飲み物は含まれておりません)

申込：事務局まで会費をそえてお申し込み下さい。  
定員になり次第締切ります。

3月5日 (1日目)

柏崎駅前＝柏崎IC＝越後川口SA (休憩) ＝  
8:30出発 9:15～9:30

＝赤城高原SA (休憩) ＝三芳PA (休憩・お弁当積込) ＝  
10:40～10:55 12:05～12:45

＝巣鴨地藏通り商店街 (散策) ＝助六の宿 貞千代 (宿泊)  
13:45～14:45 15:20頃到着  
とげぬき地藏尊で知られる商店街です。 浅草寺のすぐ近くにある江戸情緒漂う和風旅館です。

3月6日 (2日目)

浅草＝東京スカイツリー (展望デッキ見学) ＝  
8:15出発 8:30～10:30 昨年5月22日に開業した世界一の高さを誇る自立式の電波塔

＝東京ゲートブリッジ＝築地場外市場 (自由昼食) ＝  
昨年2月12日に 11:30～13:15 散策マップをご用意いたしますので、ご自由に昼食をお召し上がり下さい。  
開通した橋です。

＝三芳PA (休憩) ＝赤城高原SA (休憩) ＝  
14:35～14:55 16:05～16:20

＝越後川口SA (休憩) ＝柏崎IC＝柏崎駅前  
17:30～17:45 18:40頃到着

## 会員ふれあい交流会のご案内

日時 平成25年2月2日(土)  
13時開会

場所 柏崎市産業文化会館  
(駅前2丁目)

会費 男 2,800円 女 2,500円

申込 1月28日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毎月第4木曜日13時から16時頃まで開設いたします。  
ご希望の方は必ず電話予約をしてください。

### 開設予定日

1月24日 2月28日  
3月28日 4月25日

## 「やまゆり」

### 無料パソコン相談コーナー

毎週、金曜日午後一時～三時まで開いています。お気軽においでください。

## 速報

この度、シルバーふれあいサロン「やまゆり」が、新潟県が公募した「平成二四年度、キラッと光る良いお店」の「新潟県知事賞(奨励賞)」を受賞することになりました。表彰式は一月二三日の予定です。

す。(詳細は次号でお知らせいたします)

## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。

昨年、新しい年を迎えた早々、大病を患い三か月間の入院生活、四月に退院してみたものの以前の体重から十五キロ減、自分で自分の体を見るのも情けなく、このままあの世逝きか！、ふとその時、まだまだやりたい事を残してきた人生に目がさめ、体力を付けるために自転車・運動器具など購入、せっせと汗を流す日も三日坊主、家内は初めから判ってた見たい。

九月頃になってようやく以前の九十パーセント位に回復、皆様の迷惑にならない程度にお手伝いができる様になりました。

普段からの健康検診を受ける事の大切さが、改めて身にしみる思いでした。

健康で明るく、お手伝いができる一年にしたいと思っております。

(尾崎)