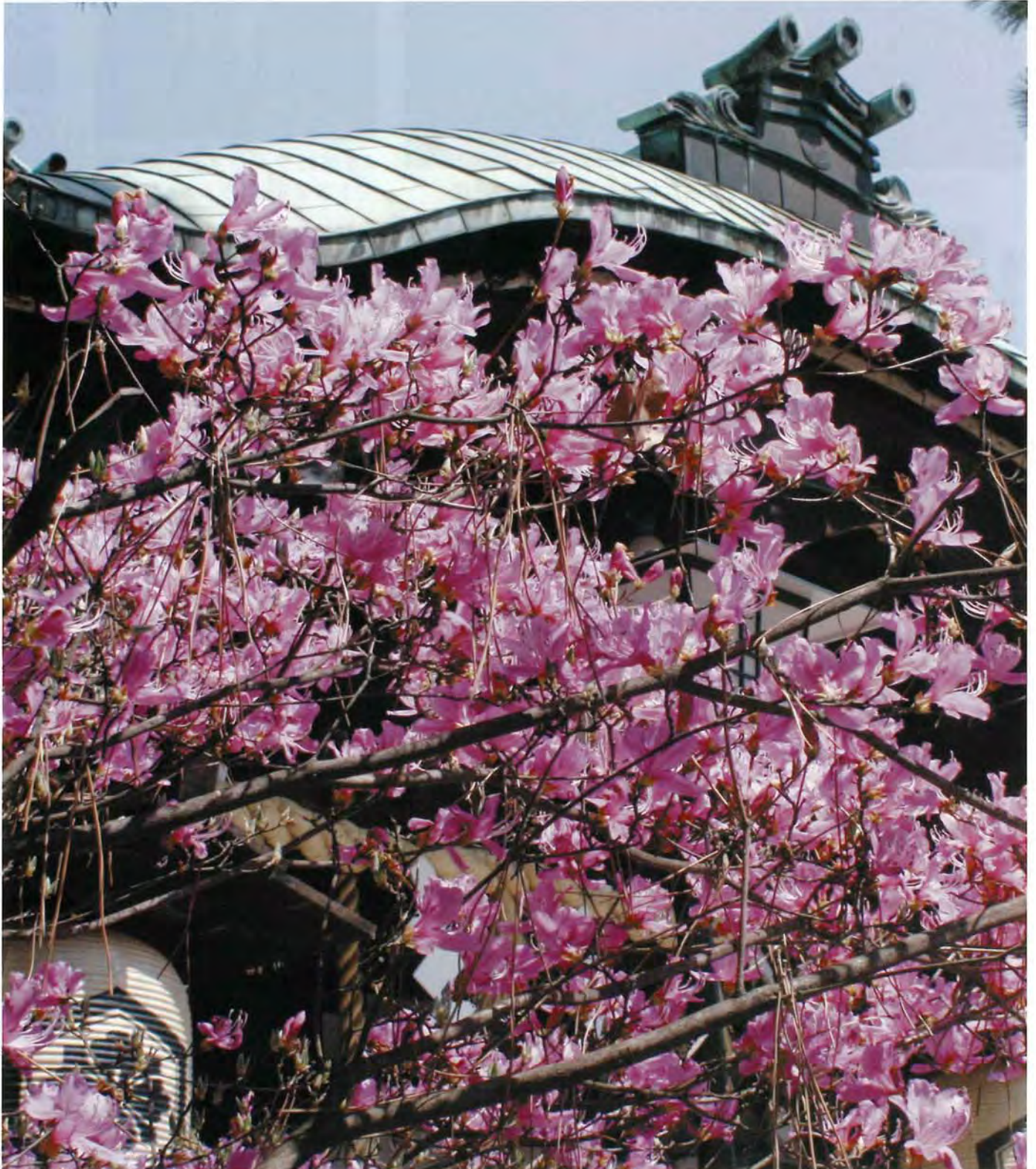




(社) 芦屋市シルバー人材センター

# はつらつ 芦屋

2010・7 No.10



ホームページアドレス <http://www.sjc.ne.jp/ashiya/>  
TEL 0797-32-1414 FAX 0797-31-9223

芦屋神社を飾る満開のコバノミツバツツジ  
撮影 笹部 成雄 (会員番号873)

平成22年度  
通常総会

# 念願のシルバーワークプラザ建設決まる

## ！朗報！



「立派なワークプラザが建設されます」と発表する山中市長



ワークプラザ建設の発表で大きな拍手にわく満員の会場



永年会員の表彰も晴れやかに

事業の躍進と会員の増加のため、手狭で困っていた芦屋市シルバー人材センターの事務所が、シルバーワークプラザの建設が決まり、移転することになりました。

新装なったルナホールで行われた平成22年度通常総会で、来賓の山中芦屋市長から発表されたのです。その瞬間会場は大きな拍手に包まれました。

林理事長を始め、各来賓からも、例年以上の熱がこもったご挨拶が続き、会場は大いに盛り上がりました。

18名が会員永年表彰を受け、野島会員の司会、選出された森議長により議事は進行。出席者341名、委任状310通で総会は成立。総ての議事は、満場一致で承認されました。

就任以来5年間に渡って、芦屋市シルバー人材センターの改革に尽力され、見事な手腕で今日の業績を打ち立てられた林理事長が退任。かわって新理事長に三栖事務局長が就任され、理事には鈴木一生氏、横山 襄氏の2名を増員。新年度のセンター事業が引き継がれます。

総会終了後、安全大会が開かれ会員の安全、健康をまもり、事故のないセンターを目指すことを誓いました。

平成22年度安全標語 優秀 河村 昱生

気を付けて！ 声掛けあえば 事故はなし

市民センターに場所を移した懇親会場では、前途洋々のセンターを象徴するような楽しいひとときとなりました。

# 新・前理事長のご挨拶



新理事長

三栖 敏邦

理事長の大任を仰せつかりました三栖でございます。一言、就任にあたりましての初心を申し上げます。まず、林理事長に心から感謝を申し上げます。

林理事長は平成17年に就任され、これまで5年間、芦屋市シルバー人材センターの事業、組織を大きく拡大されました。本当にありがとうございます。そのような方のあとを担うには、本心、大きな不安があ



前理事長

林 一夫

この度、5月27日をもって社団法人芦屋市シルバー人材センター理事長を退任いたしました。

平成17年5月に就任して以来、5年間、会員の皆様、役職員の皆様には、本当にお世話になりました。おかげさまで、会員数、事業高ともに順調に推移してまいりました。

りますが、知識、経験豊富な理事さん方のお力におすがりしながら、センターのさらなる飛躍のために、一生懸命、努力してまいります。

運営にあたっては、会員さんとのきずな、地域の皆さんとのきずなを大切に、会員の皆さんが就業活動やボランティア活動、同好会活動等を通して、充実した時間を積み重ねられ、健康で心豊かに日々を過ごすことのできるよう、そうした思いを込めて事にあたってゆきたいと思っております。非力ではありますが、責務の大きさを常に自覚して、己に厳しく、切磋琢磨することをお誓い申し上げます。私の挨拶といたします。

公益法人制度改革、政権交代による事業仕分け、景気悪化に伴う就業不安など、困難な問題がありますが、年度末には新しい事務所のオープンという喜ばしい話題もあります。

会員一同の協力のもと、地域に根ざしたすばらしいセンターにしていきたいです。よろしくお願いいたします。

最後になりますが、会員の皆様のご健勝とご活躍、当センターのますますの発展を祈念申し上げます、退任に当たってのごあいさつといたします。



ますますの躍進を願ってカンパイ！



三栖新理事長(左)から新年度の芦屋市シルバー人材センターを担う役員の紹介が行われました

# 県民だより 県議会だより ごみハンドブック 消防ポスター ウォーキングマップ しるば〜たいむず



## 配布班 大活躍

## 総て配っています

## 芦屋市全世帯へ！

さあ、宅配へスタート！



シルバー人材センターでは、いろいろな仕事を担当されていますが、私は配布班に所属しています。この仕事は芦屋市内の4万3千弱の世帯に、生活に必要な情報をお届けするもので、54人が6班に分かれ、一人平均約800世帯を担当。通常毎月「県民だより」、三ヶ月に一回「県議会だより」をお届けしています。ところが、毎年、3月・4月はこの他に市民の皆様知ってほしい情報誌が追加されます。今年は3月に「ごみ収集カレンダー」「ウォーキングマップ」「住宅用火災警報器設置促進チラシ」および、センターの広

報誌「しるば〜たいむず」があり、4月は「県民だより」「県議会だより」に加えて「芦屋市家庭ごみハンドブック」「芦屋市防災行政無線システム」がありました。これらの配布紙・誌は、事前にセンターの担当者から各班の代表者に連絡。配布担当者に引き取りと配布日を連絡します。原則として引き取り日の午前中に6班の代表者が各町毎の部数の仕分けをするのですが、「ごみ収集カレンダー」は大変です。燃やすごみの収集指定日によって違い、「パイプライン設置場所」など、地域ごとの事情にも合わせなければなりません。これがなかなか手間のかかる作業です。このような作業を経て配布担当者に引き取ってもらいます。

配布担当者は、割り当てられた地域に配布するのですが、地域によって山手と平地ではかなり労力の差があり、また晴天ばかりとは



スクーターは力強い味方

限りません。情報誌によっては上質紙で、ずっしり重いものもあります。それらをいかに効率よく配布出来るかを工夫しながら、一軒づつ郵便受けに入れていきます。たまに、お住いの方と顔を合わせ「県民だよりを配布させていただいています」と声をかけますと、「ありがとうございます。いつもご苦労様」と応えていただきます。その時は本当に嬉しく感じます。この声を励みに、これから市民の皆様役に立ち、喜んで頂ける情報をお届けしたいと思います。

配布班班長 鈴木 邦宏

(会員番号819)

# ウォーキング マップ制作

## 六ヶ月の努力

## 見事に結実！

出来栄えに満足のマップ作成班 3月8日



昨年10月、芦屋市健康センターから受注したウォーキングマップは、15名のマップ班の尽力で、今年3月完成。直ちに配布班が芦屋市全世帯に宅配し、納期に間に合わせました。

この見事な連携プレーにより、芦屋市シルバー人材センターの技術の高さと、宅配能力の充実が一段と浮き彫りになりました。今回は配布班とマップ班の活躍ぶりを紹介しましょう。

### 基本は現地調査から

シルバー人材センターが、ウォーキングマップの作成を行うとの情報を知りました。芦屋市保健福祉部健康課（芦屋市健康センター）からの正式な発注の旨！

その作成の要員として集まったのが15名（男子9名・女子6名）。当初は烏合の衆だと思えました。

“マップ作りの基本” 現地調査を始めますと、各位ウォーキングに対するそれぞれの主張を持つておられること。関連した情報・豊かな知識を持つておられることが分かりました。

マップ作成上必要な写真やイラストに関しても、プロ級の腕前を持つメンバーが参加しておられることも、心強い戦力だと思えました。

現地調査の方向は、保健センターの意向を考慮して6ブロックに定めて調査を行い、次に始まるのが編集業務です。

パソコンによる編集業務には、それぞれパソコンに有能な実力ある方がメンバーの中に参加しておられました。中でも女性で



潮芦屋浜でルートの調査をする班員

マップ作りに欠かせない技能を持つておられる方の発見は心強い限りです。

初め「烏合の衆」など申し上げましたが、作業が進むと、能ある「タカ」は爪を隠すと言いますが、「実力」と言う爪を發揮した仲間の集まりでした。

定められた期間にマップが完成したのは、こうした素晴らしい仲間が集まったからです。

マップ班リーダー 大西 照雄

（会員番号1651）

# 個別に訪問の成果は絶大

## アンケート 8割を超える回収率

昨年度、企画委員会の提案で、平成15年度以来6年ぶりの会員アンケート調査が実施されました。当時から引き続き在籍の会員は194人。4分の3の会員が入れ替わったこととなります。

このたび、用紙の配布・回収については地域班が担当、集計についてはパソコン研究会が担当と、会員の力を結集。回収については、地域班の世話人が何度も会員宅に足を運び協力を要請してくれたおかげで82.9%という高い率となりました。

設問内容は15年度のを基本とし、それ以降に誕生した各委員会からの質問を追加したため、前回よりもかなりボリュームが多くなりましたが、誠実な回答がぎっしりと詰まっています。

今後は、事

務局をはじめ、理事会、各委員会がこのアンケート結果をこれからのシルバー事業の運営に生かしていくことと思えます。

### 平成15年度データ

対象会員	平成15年9月現在
	431人
回答数	338件
回収率	78.4%

### 平成21年度データ

対象会員	平成21年12月現在
	768人
回答数	637件
回収率	82.9%

「よかったー」正直な感想です。

「はつらつ芦屋」を創刊して5年になるのに、会員の関心度は今まで殆ど分かりませんでした。このアンケートで、回答の8割もが愛読者？と分かり、胸のつかえがスーッと下りました。会報類はあまり読まれないのが通説なので、予想外の喜びです。

センター事業とイベント報告が関心の高いのは、さすが芦屋シルバーと思わせる結果です。特に嬉しいのは「全内容を読む」のが半数を超えていること。力を注いでいるレイアウトや表紙にもかなりのパーセンテージがでたことです。

取材や編集に頑張っている広報委員にとっては、何よりの励みになりました。

案外人気のなかったのはペット。これは9号からロマンスシートに替わりました。

広報にとつて残念なのは「ホームページ」で、見たことのない会員が7割も占めています。

シルバーワークプラザへの移転にもなつて一層の内容改革と充実を図る予定です。

広報委員会



### 『会員就業相談窓口』が設置されました！

適正就業推進委員会により、一昨年の平成20年8月にセンター入口に「就業相談箱」が設置されましたが、さらに会員の就業に関する相談及び意見に耳を傾けようと、このたび『会員就業相談窓口』が開設されました。毎月第2火曜日の15:30から17:00の間（前日までの予約が必要）に適正就業推進委員が対応します。

# 紀行 ☆ 寄稿 ☆ 奇行 ?

## 芦屋川でもウナギが釣れましてん!

福井 基夫

(会員番号 1567)



釣り上げた見事なウナギの魚拓  
を手にする福井会員

約25年前のことですが、魚崎在住の友人が、近くの住吉川で散歩中にウナギが泳いでいるのを見たと言って教えてくれました。

私はこんな街中でウナギがいるとは思っていなかったため、びっくりしました。

昔、田舎で親父が釣っていたのを思い出したので、自分で小さな竿を作って、ミミズの餌で住吉川に行ってみましたところ、石垣の穴に竿を入れてみると、次々とウナギが釣れて、びっくりしましたが、大喜びでした。

それからは毎年、芦屋川を始め、街中の川を釣りに行き、多いときは5匹ぐらいは釣って帰

りました。

遠方では広島県まで釣りに行きました。夏場は天然のウナギが私の食卓をにぎわしてくれました。

阪神淡路大震災で、川が一変してしまつて、次々と工事のためウナギの住む穴がなくなつてしまい、めつたに釣れなくなりました。

最近では小さいのが釣れることがありますが、地震までの状態が懐かしいです。



ウナギ釣り用の手製の仕掛け

## ある日のキッズルーム

託児室の壁には可愛い飾り、珍しい玩具。それらに心奪われ、ふと気づけば大好きなママの姿は消えて、見知らぬばあちゃんばかり。そら泣くよねえ。ばあちゃんだつて泣きたい。

わが子なら「泣くな!」とピンタのひとつもするところだが、こらえてこらえて、「おお、よしよし」

延々泣く猛者、諦めのいい子とゲストもいろいろ。笑顔が見えるとはあちゃんもホツとするのです。「託老も一緒にやればいいのにな」と冗談も飛び出す。

昨日出来なかつたことが今日出来る幼児と、昨日まで出来たことが今日はダメという老人たちを預かり明るい部屋で交流出来れば、それはマジ理想的かも。

泣く子には割増し欲しい祖父母力  
ハイカラな幼児の名前読めません

〔周良・有音・騎士  
桃胡姫・凜音・虹春〕  
さて、あなたは幾つ読めますか?

宮本 允子 (会員番号 26)

竹野 勝久 (会員番号 841)



# ワーク・ア・ラ・カルト

## 軽度生活援助事業

軽度生活援助の中で男性が受け持つ主な作業は

- 窓ガラス拭き (サッシやレール部分の汚れおとしも)
- 網戸洗い (スポンジか柔らかい布で水洗い)
- 換気扇掃除 (フィルター取替・油污れ落とし)
- 台所の水廻り (排水溝も忘れずに)
- 電灯 (電球取替、傘の洗い)
- 浴室清掃・カビ取り
- 部屋の片付け
- 家具の移動 (階段の利用時は慎重に)
- 板の間の拭き掃除・ワックスかけ
- 除草 (電動式刈り払い機使用無し) 等、など。

では、浴室の清掃について詳しく取り上げます。作業の内容は浴槽の洗い。エプロンの取り外しが可能ならば外して内部を手の届く範囲で洗います。洗い場は少し力を入れてこすりましょう。排水溝は外せるものは全て外して掃除します。回りの壁、手が届けば天井・換気扇も外側から拭いて下

さい。電灯・ドアの表と裏側・鏡・手摺・水道の金具・シャワーのホース・ヘッド・浴槽の蓋・洗いのマット・腰掛け、とにかく目につく備品は残さず清掃します。窓ガラスがあれば拭いて下さい。最後に室全体を乾いた布で拭き取れば完成です。約一時間位の作業ですが、馴れない内はもう少し時間がかかると思います。余分かも知れませんが、脱衣場迄手を延ばして床拭きをすれば喜ばれます。

一日の生活の疲れやストレスを癒してくれるのは何と云っても入浴ではないでしょうか。浴室内が清潔に保たれていけば、一層その効果はてきめんです。

古塚 和成 (会員番号1091)



※軽度生活援助事業とは芦屋市から受託した高齢者への軽易な日常生活上の援助を行う事業です。

## 十割そば 炭や庵

### 芦屋のグルメ



芦屋市内には、案外蕎麦屋さんが少ないと思う。その中でも表通りからは一寸裏道に入った“炭や庵”は目立たない佇まいである。既にシルバー会員の中にも常連さんが居られる様である。私も何度かおそばを頂いた。

十割そばはつなぎを使わず、100%そば粉のみ。それなのにパサパサ感がなくなめらかだ。お出汁は関西風とは違い、コクがあり美味しい。季節野菜を使った

メニューも多く楽しめる。他店にはないミンク鯨の“さえずり”蕎麦は常時ある訳ではないので予約が必要かも。夜は5時〜10時迄。名酒も揃い左党にも朗報。なんとシルバー割引きもあるそうだ。(要証明)

写真 大重美奈子  
取材 北川知可子



鴨なん 920円

芦屋市公光町7-12  
ル・バジックB1

TEL0797-35-2855  
営業時間・・・11時半～21時半  
定休日・・・火曜日



## 健康の秘訣

兄弟そろって長寿

十田 じゅうた 純雄さんの巻

(会員番号179)

起床は五時。今日も元気で頑張りますと声を掛けて始まります。

朝食を作ったりんご、人参、バナナをすってパンの食事をします。約三十分、五時三十分から新聞見た後に、新聞の投稿をノートに記帳します。二千四百字ぐらい書きます。九時から三十分経済の放送を聞きます。これが痴呆症予防と思っています。



自転車で潮芦屋を一周するのが十田さんの日課

## 毎日規則正しく

九時三十分から自転車で芦屋浜を二時間ぐらい廻って海辺の景色を眺めながら魚釣りや船が多いとか、ヨットが多く出ているなど思いつきながら乗ると楽しいです。

十二時から昼食して好きな番組を見て、十四時から芦屋温泉に行き、風呂友と色々な会話を楽しみにして、毎日行っています。

十五時三十分から好きな番組を見て十八時頃から夕食をします。できるだけ自分で作る様にしています。

十九時には就寝します。この日課を毎日繰り返して、一日一日を感謝して暮らしています。この事が健康法です。

注意事項として、早寝早起き、暴饮暴食を避け、腹八分目医者いらず、を守っています。

私の兄弟は皆元気です。

- 長男 一雄 〓 百二歳
- 次男 政見 〓 九十二歳
- 三男 松見 〓 八十九歳
- 四男 私 〓 八十四歳



安木

良明 (会員番号1448)  
喜美代 (同 1464)



## 子ども大好き!

良明さんは得意のバルーンアート(風船芸術)で、子ども会、子どもフェスティバル、老人ホーム、お祭りなどイベントに引っ張りだこ。けどボランティアで、先生ではありませんとご謙遜です。

喜美代さんは家事援助や「キッズサポートまつぼっくり」で子育てに従事。しつけには気をつけながら、二人とも子どもが大好き!

みんなの喜ぶ顔が何よりの生きがいと、ストレスの解消に役だてられています。

銀婚式をすませましたが、センタへの入会はまだ2年。良明さんは現役時代の仕事を引き継ぎながら、夏場の散水を担当。

喜美代さんはひまをみつめてテニス、ウクレレ、フラダンスと趣味を楽しみ、お互いの日常に無関心ですが、ともに会員であることが話題を潤して、結婚生活には大切な糧とか。明るく人生を楽しんでおられるお二人です。

取材 笹部 成雄



昔ながらの醤油樽



湯浅ではお醤油の歴史を勉強



踊って、歌って…

研修バスツアー



健康を願って乾杯



蒼い海原に浮かぶ円月島



ハワイと姉妹浜提携を結ぶ白浜



とれとれ市場でお買いもの



お疲れさまでした

青い空と白砂の白良浜へ  
6月11日梅雨入り前の好天気恵まれて、白浜へ前期会員研修バスツアー。当日の参加者は84名。  
眩しく輝く文字どおりの白い砂浜は、約650メートルも続く。温泉にカラオケに、日頃の疲れが吹っ飛ば楽しい一日でした。おみやげは湯浅醤油です。

# 可愛がられています！故大原さんの盆栽



大原さんの写真の側で可憐な花をつけた梅



國吉さんのマンシヨンの玄関を飾る木瓜（ボケ）

## 受け継ぎました

1月20日、故大原さまが手塩にかけて育てられた盆栽を、友人と二人で朝一番に駆けつけ「蠟梅」・「白梅」・「木瓜」の三鉢をいただきました。

最初に蠟梅が咲いて、そのふくよかな香りを小さなマンシヨン中に漂わせ、次に白梅が可憐な花を咲かせ、マンシヨンの玄関を飾りました。

そして今、この原稿を書いている3月10日、木瓜の赤い花が咲きました。写真で会員の皆様にお届けできればと思います。

なお、蠟梅は60センチほどの高さでしたので、マンシヨンの中庭に植え替えて大きな木に育て、私たち住民は言うに及ばず、近隣の方々にもその香りで春の訪れを感じていただこうと思っています。

大原さまのご遺志を絶やさないうように大切に育てて参ります。

ありがとうございます。

國吉 まち子（会員番号1589）

今年1月入会の浅田広子会員（会員番号1702）は、入会前「しるばくたいむず」表紙の大原さんの写真が気に入りに、額に入れて飾っておられました。その大原さんの盆栽とは知らずに引き取られ、梅の花が咲いたのは偶然とは思えないと、感激されています。

## 編集後記

2006年1月の創刊号から始まった「はつらつ 芦屋」は、この号で10号になりました。プロカメラマン、グラフィックデザイナー、コンピュータに詳しい委員と、芦屋らしい優秀なメンバーがここまで引っぱって来ました。また、会員の方々のご協力なくしては現在のような充実した誌面は出来なかつたでしょう。

情報紙「しるばくたいむず」もわが広報委員会が作成しました。今回から新しい仲間が二人増え更に会員の皆様を読みやすく、役に立つ「はつらつ 芦屋」を目指します。

大重 美奈子



新広報委員  
加古 良子  
(会員番号 1425)



新広報委員  
浅井 義也  
(会員番号 1291)

# はつらつギャラリー

## 木製手作り家具

40年以上携わってきた金型加工の仕事を引き退し、余暇を楽しめる趣味を探していた所、ある時桐箆箆をコンパクトにしたような、引き出し付きの小物入れを見かけた。これをきっかけに木工細工に挑戦した。

金型の加工は特殊な設備が不可欠で、1ミリ以下の精度を求められる世界だが、小物木工は小道具での手仕事を中心、金属ほどの精度は不必要なもの魅力だった。材質の違いはあるが「切る」「削る」の基本作業は共



玄関が作業場

通しているおかげで短時間で小物入れが出来上がり、作品のほとんどは親戚や友人宅へ贈った。今は愛着のある10点ほどが自宅に残るのみ。短期間に多くの作品が出来たのは、金型加工の技術や知識によるものと自負している。

現在シルバー人材センターで、この時の木工経験を生かして簡単な家の修理などを手伝っている。自分の長年の技術や知識が新しい形に変化し、誰かの役に立つ事にやりがいを感じる。

山中 重信 (会員番号548)



ずらりと並んだミニたんす・机・踏み台・ティッシュ箱



ミニたんすの引き出しは総てサイドのレールでスムーズに、下の隠し引き出しは泥棒も気が付かない仕組み



木目を活かした本立て



玄関を飾る照明と格子天井も手作り

撮影・笹部 成雄