



(社)芦屋市シルバー人材センター

# はっらっ 芦屋

2011・8 No.12



ホームページアドレス <http://www.sjc.ne.jp/ashiya/>

芦屋市シルバー

検索

TEL 0797-32-1414 FAX 0797-31-9223

女子サッカー快挙!

世界一を祝う紅白の「なでしこ」

撮影 笹部 成雄(会員番号873)

# 平成23年度 通常総会

## 公益社団法人の認定へ！



山中市長(左)ら来賓を迎え満員のルナホール

来年4月に芦屋市シルバー人材センターは、社団法人から公益社団法人への移行が予定されています。今回の総会は、通常の議案に移行認定手続きに必要な4議案を加え、5月25日、ルナホールで開催されました。

移行に向けての定款変更には会員総数の4分の3以上の同意が必要ですが、総会員の81%を占める669人(当日出席336人/表決委任者数は333人)の出席を得て、すべての議案が承認されました。秋頃までに書類一式を整え申請し、年度内に認定を受け、平成24年4月1日付で公益社団法人の設立登記を行います。

永年会員表彰では、20年表彰に2名、また10年表彰には27名が賞状と記念品を授与されました。当日出席の21名が舞台の上にとらりと並んだ姿は壮観でした。

審議すべき議事が多く、時間がかかることも予想されましたが、議長のスムーズな進行で時間通りに終了。その後の恒例の懇親会では、リラックスした雰囲気の中、会員同志、楽しく交流を行いました。



挨拶する三栖理事長



議長を務めた三木会員

### 安全委員会

総会に引き続き安全委員会が開催され、山本委員長から経過報告と新委員を紹介。向井委員から「芦屋市シルバー人材センターの会員は、安全かつ健康であり、これからも事故のない、最も安全安心なセンターを目指し、全力をつくして邁進する」と安全就業の宣言。今年度の安全標語が発表されました。

**優秀**  
気を抜くな

高倉 春見

危険はいつもそばにいる

**佳作**

鈴木 一生

心がけひとつで出来る事故はゼロ

**佳作**

仲谷 忠

我が自信 過信原因 事故のもと



発表された標語と投稿の高倉会員(左)

◆ はつらつ芦屋 第12号 ◆



20名を超える10年表彰の皆さん



20年表彰の左から十田、津山会員



司会を務めた大内会員



元気はつらつ賑やかな懇親会場



中原副理事長の音頭で乾杯



黙祷を捧げる出席者の皆さん



義援金も沢山集まりました



「生きがい」について講演される長尾さん

**平成22年度第2回通常総会を開く(3月30日)**

”黙祷!” 凜とした大内司会者の声が響き、総会に参加した329名の会員は、東日本大震災で亡くなられた方々に哀悼の祈りを捧げました。

事業計画、収支予算、事務所移転の定款変更など議題は、森議長のスムーズな議事進行で全て承認され成立しました。

総会後、兵庫県看護協会の長尾匡子先生から「元気で生きがいを見つめよう」というテーマで、「今」を大切にそして大事にするのが「生きる」ことであり、自分に出来ることをすることが「生きる知恵」は元氣な姿を市民に見せること」と心に残る講演をうかがいました。

# 会員作成のミニコミ誌

## 除草班 便り

### 心の通う文面作りを意識して

#### 除草班便り発刊のいきさつ

平成22年2月に新米の会員有志で勝手に始めました。この時は班の次の役員人事の件でカンカンガクガク議論のさなかでした。

この組織を作った初代の班長は、仕事の出来る個人的なパワーリーダーであつたらしく、班の運用にも個性的な側面が有り、その一部が継承されていきました。

伝説的なリーダーの後を引き継がれた幹部諸兄の大変さを耳にしながら、何か我々にも出来る事が無いか考えました。

そこで、多少でも運用面の手伝いが出来ればという思いから、勝手連的な発想で情報紙、除草班便りを発刊する事にしました。

読者となる三十数名は、色々な職業や環境の中で過ごしてきた経験豊かな人達であります。

皆さんに読んでもらう為に紙面構成は一般的な情報紙のスタイ

ルを探り、身近な記事を中心に心の通う文面作りを意識することにしました。

発刊当初はほとんど反応がありませんでしたが、回を重ねる毎にあの記事はその通りだとか、この事はおかしいと思うとか、反応が除々に出て来ました。

各方面から協力を得て情報を提供する事により、情報の共有化が蓄積され、その結果、当班にとって、いま一番大事な仕事に対する共通の認識が少しずつ感じられるようになりました。

また、投稿をお願いしても以前は、なかなか引き受けられなかったが、

最近は進んで投稿してくれる人がで現れました。

この1月から班長の酒井理事が発行責任者となり、紙面の監査をしています。目標は月一回の発行ですが、忙しさもあり毎月の発行とはいきませんが、皆さんの協力を得て続けてまいりたいと思っております。

石垣 悠

(会員番号1558)

除草班 便り

平成23年  
3月

**4月から新たな年報になります**

先ずは暫くの間、旧年報の発行を止め、さらに話し合います。各々から、たびたび仕事の内容に関して問題点を指摘を頂きました。その事により、皆さんの協力を得て改善を望む、その結果、徐々に初期版が出て来りました。

各々からの意見を得て来期まで進め、今後の当班の発展が望む事になりましたが、来期はさらに気を配ってまいります。

新たにスタッフに加わる人にも、お話ししたいのは同僚の人間が自分達の仕事を任せられていることを意識して仕事を下して下さいます。

この一冊は皆さんの就業希望も多く、除草班が抱えている事柄には大変役立つのではないかと考えます。当班にとっては大事な仕事ですので、心して作業して下さい。

**除草班の開催について**

前号でお知らせしました除草班の開催日程が変更になりました。当班の仕事は集団作業が多く、個人での参加は、安全確保及び他班の作業を妨げるための共通の認識と理解が必要です。それに、之が一が必要となる仕事も多くあります。そのためには、除草班の開催方法とメカニズムの知識が必要です。 開催の際は共通認識が必要で

先月 除草班に新しい仲間が入って来ました。皆さんよろしくお話しします

加藤 三郎 君  
石垣 悠 君  
TEL/Fax 23-6887

会費の徴収は必ずセンターを通じて！  
会費の徴収先を明確に明示、提供しているのびるがセンターです。  
電話から直接お申し込み、お話しや個人に頼まれた等の理由で各々がセンターを過ぎず直接お申し込みはセンターは取り扱いません。

その又連絡や個人から前送れ仕事であっても、会費としての徴収を認めることは、必ずセンターを通じてお申し込みをお願いします。届かないために個人での徴収はしないでください。

4月1日よりセンターへお申し込みください

# まつぼっくり通信



## 楽しい記事で埋まるといいな！

# 2誌を紹介します

子育て支援班では、平成22年11月に一時預かりの託児ルームをオープンして以来、子育て支援班員と、利用者のママ向けにおよそ3ヶ月に一度「まつぼっくり通信」を発行してきました。

なにしろ託児は、シルバー人材センターとして新しい分野の仕事です。

スタッフは、勿論、豊富な経験を持つ、有資格者が、リーダーですが、多くは子育て孫育ての経験しかない会員です。

そこで、大切な生命を預かる業務として、オープン後も何度か研修を重ねてきました。

お子さんたちにたいしては、常に細やかな愛情と注意力が必要です。

生き生きと飛び跳ねる元気いっぱいの子。ママと離れて不安な眼差しの赤ちゃん。スタッフも毎日毎日が新しい体験です。

時には、急に体調をくずす赤ちゃんもあり想定外の問題がいつ起こるかもわかりません。

そんなとき

お子さんの扱い方や手早い対応はどうするか、また、仕事上、各人が気付いたこと、ヒヤリハットの体験などを班員全部が、自分のこととして共有

出来るように、この通信で情報を発信しています。

3ヶ月毎の、受け入れ実績をはじめ、利用者の声や会員の声欄もあり、ステップアップ研修を復習出来るための記事もあります。

毎号、子育て支援班の理念として「会員が健康で生きがいを感じながら、豊かな経験と能力を生かし、地域社会への積極的な世代交流を図ります」

「広く、豊かな温かい

「ここで見守ります」

宮本 允子  
(会員番号26)

発行 子育て支援班

「はつらつ通信」託児ルームがオープンして4か月過ぎました。男性会員の協力で可愛いオリジナル・キッチンを作成していただき、子供たちも楽しそうに遊んでいます。

週4日、毎日交代でお子さんをお預かりし、担当者のやるべき仕事において、お互い気づいたことを話し合いながら改善するなど、互いに支え合っているのではないのでしょうか？

お子さんの日々の成長、変化に目もくらむように成長していることが知られています。

**\*子育て支援班の理念\***

会員が、健康で生きがいを感じながら豊かな経験と能力を生かし、地域社会へ積極的な世代交流を図ります。

**広く、豊かな、温かいここで見守ります**

**\*子育てステップアップ研修\***

本年夏のステップアップ研修が4月22日「はつらつ通信」大会館において開催され25人の会員が参加しました。講師に知り合い保育ネットワーク・ミルクの理事長小泉千代子氏をお迎えし、「子どもの預かり業務の留意点」についてご講演いただきました。

小泉氏は日々私立小中や保育園の勤務としてもご活躍されており、講演内容は実践に即したもので大いに参考になりました。

預かり中の留意点として、

- ① 一人で寝かせること
- ② 泣いている子に「泣かないで」とは言わない
- ③ 泣いている子を無理矢理抱っこに誘わず落ち着くまで待つこと
- ④ 泣いている子の様子を見守り声をかける
- ⑤ 非常に安全かどうかの家庭を持つ

予習する - ヒヤリハットは共有 + 運内は適宜に保護させるなり

- 乳幼児突然死症候群に注意 (妊婦の呼吸器障害)

子育て支援の留意点 (留意点) は、子供を預かること

① 「預かる」ではなく「預かる」「預かる」としての立場で、お預かりをすることでなく、それぞれの役割を履き、そして、シルバー世代の仕事は、ゆとりが評価されているので、自信を持って子育て支援していただきたいと語られました。

# 紀行 ☆ 寄稿 ☆ 奇行 ?

## シニアと船の旅

5年前、ラツキーな機会に恵まれ、101日間の世界一周クルーズを体験した。神戸から出

る。医者も看護師も乗っている。家では介護を受けながら生活している人でも、船旅を楽しむことができる。何の気遣いもなく、安心して毎日を過ごせるので、ますます元気になる人が多い。

う感覚になってしまっている。「ちょっとおウチに帰ってくるね」こんな会話が行き交うことになる。「わが家」が日替わりで、いろんな国に横付けされ、世界の国が『わが家』にやって来る、そんな感覚。あ

あるいは「谷田透」で検索できます。自費出版本も出しています、あわせてご覧ください。  
谷田 透  
(会員番号1059)

ってベストな旅と言える。乗船客平均年齢70歳の数字が示すとおり、まさに『シニア天国』である。少々足腰の具合が良くない方も安心して参加できる。毎日の船内生活はもとより、オプショナルツアーにおいても、クルーのお世話が行き届いている。減塩食や糖尿病食も客の要望によって用意され

る。どれに参加してもしなくても構わないし、図書室で本を読んだり、日がな一日海をのんびりと眺めていても良い。誰に干渉されることもなく、自分の意のままに大忙しな日にしたり、何もしない日にしたりと、気ままに過ごせる。食事はモーニングコーヒー、朝食、ブランチ、昼食、お三時、夕食、夜食の一日七食。ソフトドリンクはいつでも欲しいときにオーダーできる。こちらもお腹の意のままにまかせるというわがままが通る。

乗船から一カ月もすると、自分の船室がすっかり『わが家』という感覚にならなくなる。日本発着のクルーズがシニアにうける一番のポイントかも知れない。



世界一周クルーズ航路と寄港地

# アイロンがけの好きな人達

坪内 美津子

(会員番号1082)

Tシャツやジーンズにアイロンをかける人が多くいるだろうか。

干し方を上手にすればシワになることがないので、わざわざプレスする必要はない。

でもヨーロッパの人、特にイギリスにすむ人達はシワがあろうとなかろうと、アイロンをかけるのである。

シャツはもちろん肌につける下着、シャツ、パンツ、時には靴下さえもである。洗濯はまとめて週一回というのが多いのでまとまった量になる。

アイロンがけのアルバイトもある。

るので彼らがいかにプレスにこだわっているかが伺える。

一日に数時間しか太陽が顔を出さず、どんよりしていて雨のよく降る気候のせいもあるが、日本のように洗濯物がパリッと乾くことがない。

広い庭があっても外に干す人は少ない。ちかごろでは乾燥機を使う人も多くなつたが、それでもすべてにアイロンをかける。

ずっと前に読んだ小説の中に、男に浮気された女が彼のシャツや下着にアイロンをかけずにほっておき、それを着た男が皮膚病になっ

たという話があった。

確か舞台は当時イギリスの植民地アフリカのある都市だった記憶があるが、フィクションではなく事実にもとづいたものだったのだろうか。イギリス本土でもそんなことを気にして彼等はアイロンがけをするのだろうか。

南フランス・プロヴァンスの小さな村に住む孫も、その友達もアイロンをかけた肩のピンと線のあるTシャツを着ている。遊びはフットボール、すぐに泥だらけになるジーンズ、洗ってはアイロンをかける母親達。

太陽いっぱいの中でも、太陽熱の消毒だけでは安心できないのだろうか。

日本人から見ればちよつと無駄な事のように思えるのだが・・・所変わればの習慣だ。

## 秋の味覚

白井 通江

(会員番号1332)

食欲の秋

孫に ねだられ

松茸ごはんを たく

湯気と共に 松茸の香りが

プーンと漂う

アー おいしそう・・・

アー なんと高価な松茸ごはん

食卓で家族の笑顔

やっぱり おいしいね

おかわり と お茶碗が出る

後ろからおこげ 入れてね

可愛い孫の声

ああ よかった でも

二、三日 財布の口

かたく しめ



竹野 勝久 (会員番号841)

# ワーク・ア・ラ・カルト

## 襖・障子張り



方々もあり、能力はまちまちである。リーダーのS会員には、それなりの配慮が求められる、大変だろうなと感じる。網戸張り、各々に形の異なった襖や障子、新品同様に仕上がった障子の白さが日に輝いて見える。

取材 北川 知可子

お天気に恵まれた朝、発注者宅から運びこまれたふすま、障子30枚余り、作業室の壁面に所せましと立てかけられる。

Sリーダーはじめ6名の会員がいつせいに作業にとりかかる。その前に、作業を効率よく進めるために下準備が欠かせない。

作業台が3台。置かれた障子を湿らせ、古い紙をはがす。棧についた埃を拭き取り、痛んだ棧の補強も必要だ。襖に至っては、手間はもつとかかる。

班員一人ひとりが、高度な技能を持っているという訳ではなく、新しくこの仕事を選ばれた



40年前からこの場所で「KOGANEYA (小金屋)」を運営されていきます。現在はお嫁さんとお孫さんの三代で切り盛りしています。昼のメニューの代表は日替わり定食。肉や魚などの5種類の主菜からひとつを選び、ごはん、味噌汁、小鉢などが付いて580円です。自慢の品はおふくろの味「だし巻きたまご」です。この店の原点でありこの味を次の世代に引き継いでいきます。

### 芦屋のグルメ



▲ 国道2号線沿いのお店



◀ オーナー 岸田あけみさん



▶ お店の中

住所 芦屋市宮塚町2-6-101  
TEL 0797-22-5498  
定休日 日曜祝日 定員23名  
営業時間 AM 11:00~ PM2:00  
PM 5:30~11:00  
駐車場 3台 (南側)

いそうです。シルバー人材センター「はつらつ館」の一軒おいて隣ですので会員の皆様も是非お出かけ下さい。尚、夜は一品料理とビールやワインなどのお酒類も揃っているので飲み会には最適だと思います。

取材 浅井 義也



▲ 580円の昼定食(煮魚) 美味!



# 健康の秘訣

土いじりは生きがい

奥田 正一さんの巻

(会員番号1581)

奥田正一さんは、大正12年生  
まれの88歳。3年前から一人暮  
らし。

1日2合の玄米と手作り味噌、  
梅干しと少しの野菜が主な食生  
活で、実に健康的です。

若い頃は山登りが趣味で、日  
本中の山に挑戦したとの事。

現在は園芸と食育に関心を持  
ち、無農薬、無肥料で野菜を作  
り花を咲かせています。

ジャガイモ、玉ねぎは収  
穫期を迎え、胡瓜、ナス、  
トマト、カボチャの他に  
落花生やスイカを生育中。

食材が育った大地、水、  
空気、太陽そして季節や  
風土に対して興味を持つ  
ことが大切だと言われま  
した。

緑のカーテンはヘチマ  
のつる。秋にはヘチマ水  
が採れ、常温で3年以上  
も保存可能だとか。土作



よく手入れされた庭に立つ奥田さん

りの大切  
さを実感  
している  
そうです。

取材日

は、たま  
たまジャ  
ガイモの

収穫日で

した。奥田さんが慣れた手つき  
で掘り始めると、立派に成長し  
たジャガイモが、次から次に顔  
を出しました。

「もうすぐスイカが出来ますよ」  
嬉しそうな奥田さんの笑顔が、  
満開の紫陽花より映えて見えま  
した。

取材 大重 美奈子



採れたてのジャガイモ



大橋

正夫(会員番号780)  
精子(同 1307)



## 気付いたら もうすぐ金婚式!

いつの間にか結婚生活が47年経って  
いたと言われる大橋さん夫妻。お二人  
での楽しみは、毎年一〜二回、精子さ  
んのご兄弟夫婦八人との旅行。行かれ  
た先は北海道から今年3月の沖縄まで  
全国。私たちが最年長ですが元気なう  
ちは続けていきたいと。

他は別々のご趣味だとか。例えば  
野球、正夫さんは広島ファン、ビー  
ルを飲みながら家でテレビ観戦。で  
も阪神ファンの精子さんは、姪御さ  
んと球場へ。臨場感と応援合戦も醍  
醐味のひとつ。

また、精子さんは永年毛糸の編み  
物が続けておられ、子ども達が結婚  
してからはお友達にプレゼント。手  
元に何も残っていないと言われます  
が嬉しそう。

正夫さんの楽しみは土いじり。タ  
マネギ、キュウリ、トマト、ゴーヤ  
など、食べられるものばかりですと  
苦笑い。特にゴーヤは精子さんの好  
物で、奥様思いの優しい心使いを。  
そして週3、4回銀行で駐輪整理の  
仕事にも従事。

けんかもしましたが、子ども達は  
心配なく育ち、大きな苦労もせず暮  
らしてこられたと振り返られ、さり  
げなく寄り添ってこられた素敵なお  
二人でした。

取材 加古 良子

# 11CHで放映

芦屋市広報の番組



## はつらつ館の活躍



私たちの「はつらつ館」が完成して早や7カ月。水を得た魚“のように日々その充実が目覚ましいものがあります。6月には芦屋市の広報TV 11CHで特集として活躍ぶりが連日放映されました。市民の視聴率の向上に伴い、より親しまれるシルバーとして益々の発展が期待されます。見逃された方のため市役所でDVDも貸し出されています。



# 世界遺産・高野山への旅

6月9日、前期会員研修バス旅行の目的地は高野山です。

当日は梅雨の只中とは思えないような、うす雲の中から陽がさし青空になりました。高野山はおよそ二百年前に弘法大師によって開かれた真言密教の聖地で、世界遺産にも認定されました。

宗派を超えた人々をも惹き付ける高野山は常に厳かな空気に包まれていました。

参道には、天を突くほどの千年杉がそびえ、澄み切った空気と緑豊かな奥の院には、織田信長や明智光秀などの戦国武将から庶民まで、二十万基を超える墓碑が並びます。

参加者70名はさわやかな初夏の高野山を散策しました。

取材 大重 美奈子



朱色に映える根本大塔



樹齢数百年の老杉



宿坊で精進料理の昼食

## 編集後記

東日本大震災の被害を伝える

新聞やテレビ報道、神戸の震災を思い出します。でもはるかに

大きな規模に、進まぬ復興に、辛さともどかしさに心を痛めま

すが、被災にあつていない地域では変わらぬ生活が続いていま

す。そのギャップは、16年前に15分間電車に乗って着いた大阪

で感じた違和感と同じなのでしょう。大きな問題の答えを日

本人一人ひとりが出し続けなければならぬと思っています。

広報委員に参加させていた、だいて1年が過ぎました。先輩委

員についていきながら、この「はつらつ芦屋」で伝えられる

ものは何だろうと探り、情報伝達していきたくと思っています。

今年の夏は節電を心がけなければなりません。自然の力が今

の生活を見直すように注意勧告しているのでしょうか。我慢する

のではなく、昔の知恵を生かし、今の便利グッズを利用して、楽

しみながら（？）乗り切りたいと思います。

加古 良子

# はつらつギャラリー

## 私の写真が

## 切手になりました



黒住 敬一郎  
(会員番号1653)



芦屋の景色

春  
夏

記念切手シート「芦屋の景色」

メインと切手4枚(★印)が採用された写真



○ 切手と写真部分を郵便物に貼って、ご利用いただけます。  
写真部分だけでは、切手としてご利用いただけません。  
○ 郵便料金納付のためにこの切手をご利用の場合、写真部分に消印がかかることがあります。

白黒印刷株式会社

カメラは55年前から触っていましたが、作品作りとしては近年始めたばかりで、まだまだどのレベルでギャラリーに掲載されることに恐縮しています。

2年前に退職して風景をとる機会が増えた時に市制七十周年記念写真集「芦屋の四季・七十選」の写真募集があり、応募したところ3枚採用されました。

その後郵便局から芦屋のご当地切手の作成に協力の依頼がありました。記念写真集での作風が切手のイメージに合うと思われたようです。

切手シート「芦屋の景色(春・夏)」に台紙を含め5枚の写真が採用され、今年4月に発行されました。よく見ると難があるのですが、嬉しくて吹聴したところ今回取り上げていただくことになった次第です。

また、いつか他の写真も見て頂ける機会があれば良いと思います。