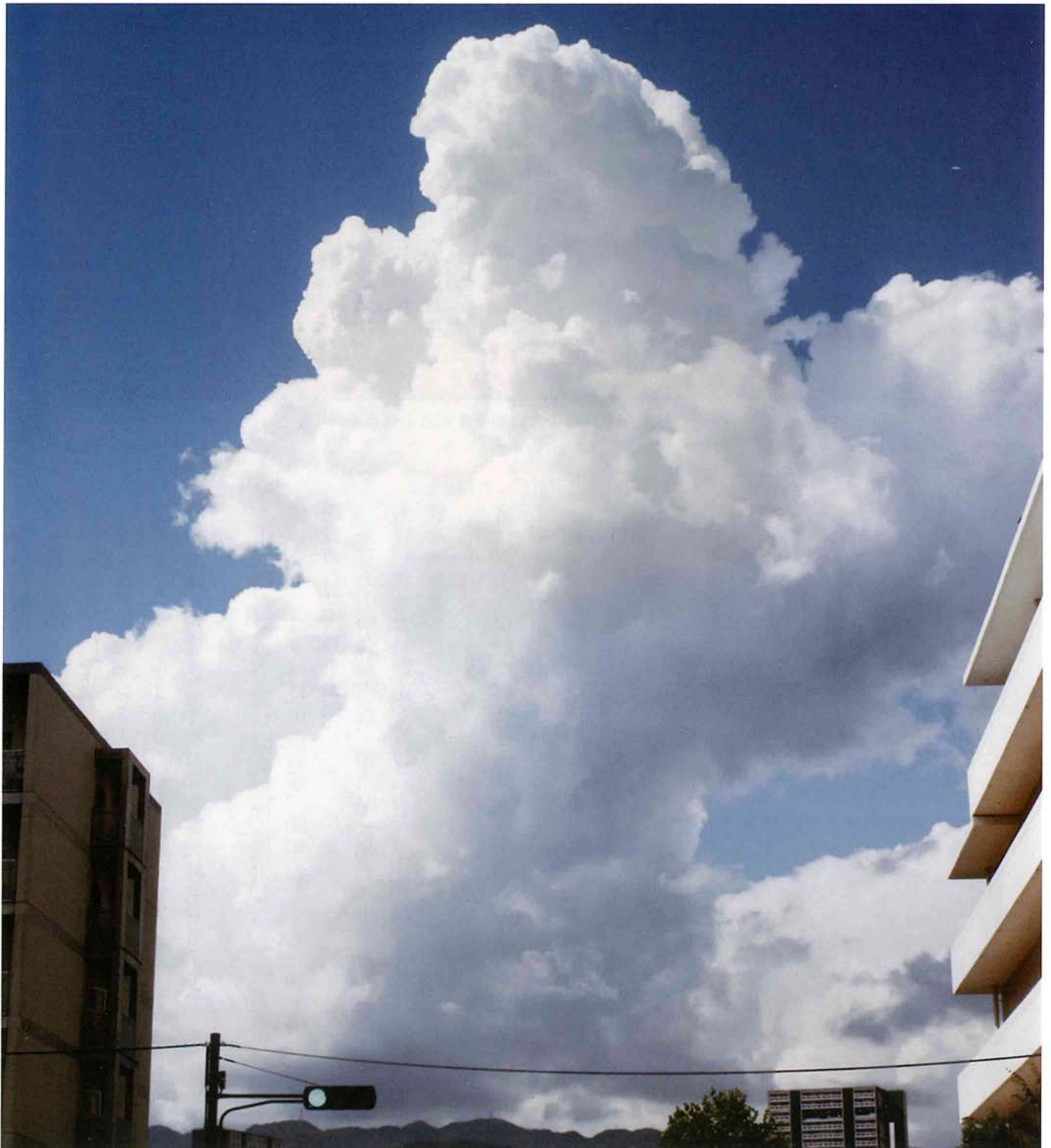




公益社団法人芦屋市シルバー人材センター

はつらつ 芦屋

2015・7 No.20



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 FAX0797-31-9223

力強く芦屋の空に湧き上がる入道雲
てっぺんに顔の形が現れた 陽光町で
撮影 笹部 成雄(会員番号873)

発想と努力で業績躍進！

会員数1000名を確保



花束を手に永年会員表彰を受ける皆さん

4億円を超える事業実績

今年、全国のシルバー人材センターにとって、記念すべき年です。安倍総理は今春、国会の冒頭演説でシルバー人材センターの活動に期待を表明。厚生労働省も5月、同センターを通じて働く高齢者について、労働時間の上限を規制する制度を緩和する検討を始めました。

シルバー人材センターの存在が浮き彫りになった中、事業実績4億円を超え、会員数も1000名を確保の芦屋市シルバー人材センターは、その成果を披露する平成27年度定時総会を5月28日、恒例のルナホールで開催しました。

山村理事長の力強い開会挨拶に続いて、一般表彰は橋本クリニック様、コープこうべ打出浜店様、20年表彰2名、10年表彰26名の皆さんと職員の内井次長を表彰。

来賓の山中芦屋市長、幣原県会議員、小原阪神南県民センター参事からは、弛まない躍進を続けるセンターの活躍を称え、将来を囑望する祝辞を戴きました。

出席会員301名、委任状468名、合計769名で総会は成立。盛り沢山の議題は、高橋議長と瀧脇司会のスムーズな進行と、事務局の丁寧な説明で、満場一致で総て承認されました。

総会終了後、安全委員会を開催、平成27年度安全標語が披露され、大会宣言で安全で安心な就業に努めることを誓いました。

平成27年度安全標語最優秀作品

これ位

思ったすき間に

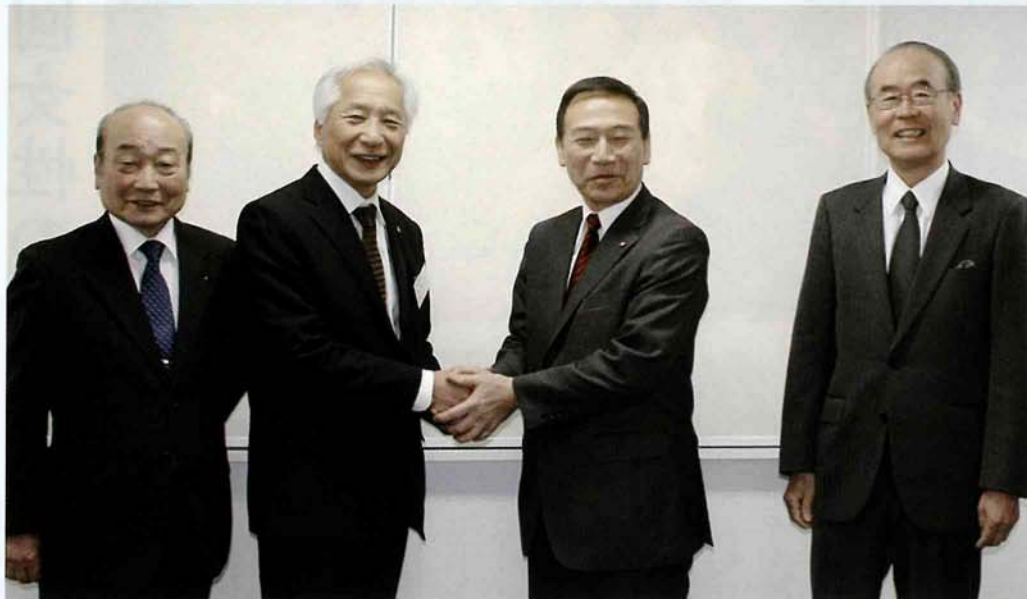
事故の影

向井 節子



表彰を受ける向井節子会員

養父市長がはつらつ館視察



はつらつ館で握手する広瀬養父市長と山中芦屋市長
左端は森本養父市シルバー理事長 右端は山村芦屋市シルバー理事長

養父市から広瀬市長、市部長2名と養父市シルバーの役職員13名が3月18日、はつらつ館を視察に来訪。業績向上の芦屋市シルバーには各地からの訪問が相次いでいますが、市長の視察は初めて。これに依って芦屋市の山中市長も来館。両市長と両シルバー人材センターの合同会議が2時間に渡り開催されました。養父市シルバーとは、一昨年以來温石米や野菜などの販売でお世話になっていますが、今回の会合で市との緊密な連携へ発展することになりました。



白井事務局次長



20年在籍小畑さん



橋本クリニック様(右)とコープこうべ打出浜店様



司会の瀧脇会員



議長の高橋会員



満員の会場

第1回女性の集い



麗しく 健やかに 活躍を!

当センター初の女性の集いが1月24日、市民センター多目的ホールで開かれました。正面に金屏風、和服姿やドレス姿の会員もちらほら。華やいだ雰囲気の中、63名の熱気がみなぎりしました。

大内副理事長の挨拶に続き、國吉会員の司会で女性が参加している12の独自事業の活躍ぶりを報告(写真記事で紹介)。職群班や同好会の披露で前半を終了。

楽しい茶話会では、ミニコンサートを開催、珍しいブサルタや三味線の演奏、四季の歌を全員で合唱も。ふれあい健音体操で体をほぐし、この会のため特別参加の「神戸お手玉の会」によるお手玉遊びに同じしばし童心に・・・最後はお楽しみの抽選会で、充実したイベントを締め括りました。

企画・運営・運営・片づけなど、総て女性だけの集いをチャンスとし、女性会員の更なる躍進につなげたいと願っております。



お手玉も鮮やかに...



三味線演奏の多田会員



ブサルタ演奏の渡辺会員



健康体操の黒川会員



子育て支援班
地域の子育てを応援したいと、約50人が登録。家庭内の子育てのお手伝いだけでなく、はつらつ館内で週4日「一時預かり保育事業」も実施。就業には、事前の研修会受講と健康診断の受診を義務付けています。



パソコン研究会
パソコンの技術経験を活かして講座、個人指導、トラブル対処、事務処理、年賀状やチラシ作り等々の活動をしています。パソコン使って買物をする、調べる、聴く、交流する等、様々な楽しみ方を一緒に広げませんか。



はつらつ工房
着物リサイクルを目的に、設立当初からの独自事業として活動。綿入れの技術を伝承しながら、半天・ちゃんちゃんこに仕立てたり、着物地を使った小物等の製作。市や県のお祭りに出店販売も。



E・S・S・T
(English Speaking Support Team)

英語が得意な会員が集まり、国際交流事業を推進している芦屋で、英語を使った就業の場を広げようと立ち上がったグループ。市民対象「英語クラス」を開講しています。



教育サービス班

教育関係に携わった経験のある会員が、夕方からはつらつ館で「たのしい放課後教室」を開講。小学4年生から中学3年生までの子どもたちに、算数・英語・数学を18人が指導しています。



リフォーム班

お裁縫、ミシンがけが得意な会員が、裾上げ、サイズ直しや、着物を洋服に仕立てたり、技能を活かそうと立ち上げました。はつらつ館2階の作業室で注文を受け付け、作品をお祭りで販売します。



傾聴グループ
「はつらつコール」

一人暮らしや、施設に入居しているけれど、心が一人ぼっちの高齢者を訪問。相手の心に寄り添いお話を聴く仕事です。より良い傾聴者になるための体験実習等を1年間実施。市民向けの傾聴講座も企画・実施しています。



書道班

美しい文字は心をなごませます。心のこもった手書きは感動を与えます。会員対象からはじめ、市民の方とも一諸にお稽古をしています。高齢者施設の講師も生まれましました。地域に筆文字の会を広げたいのです。



成年後見制度
推進グループ

成年後見人である会員を中心に、この制度の地域への周知を目的にしています。自主企画だけでなく、依頼を受けた講座も開講。地域福祉に貢献した活動も行っています。



花こもの

器用な女性会員に呼びかけて、手作りの大好きなメンバーで結成されました。編み物・ビーズ小物・アクセサリーなど得意なものを製作。兵シ協事業推進大会でも大好評でした。



着付け班

「浴衣着付け教室」から始まって、日本の伝統を伝えようと3名の会員が講師で、会員・市民を対象にしています。タンスに眠っている着物、素敵に着こなしませんか？



はつらつキッチン

家事援助班の中に設置されました。「食」に関することに興味のグループです。一般家庭の食事サービスもありますが、レシピのほか研究や食育の推進等も行います。おやじクッキングの指導も。

芦屋の「コ」が好き

高座の滝

酒井 淳 (会員番号 750)

この滝は、高さ約10mの夫婦滝であって、昔は修験者の道場として著名であった。滝の300m上流にある中ノ滝付近の斜面から鎌倉時代初期のものと思われる土師灯皿や瓦器の包含層のあることが報告にある。

このように祭祀性の遺物の出土や立地条件から、霊



場であったと思われる。また、ロックガーデンの名を顕揚した登山家の藤木久三翁の浮彫像がある。(芦屋観光協会の標札より)

現在は六甲登山の登山口として賑わい、早朝登山者のラジオ体操の拠点として、健康の場所(朝早くにはオゾンがたたくさん発生し心身共に癒される)といわれています。また、芦屋十景の一つだそうです。

早朝家を出て北へ向かって歩く。30分ほど歩くと六麓荘だ。ここからは洒落た街頭が並び、電柱はいつさい見られない。

トマ・ピケティの経済書を開くまでもなく、そこには儼然たる格差社会が立ち現れる。陳腐な表現だが中にはお城のような家もある。

広大な庭、個性的で美しい豪邸には、一体どんな人が住んでいるのだろう。昇る朝日が大きなガラス窓やバルコ



夢を語れ六麓荘

宮本 允子
(会員番号 27)

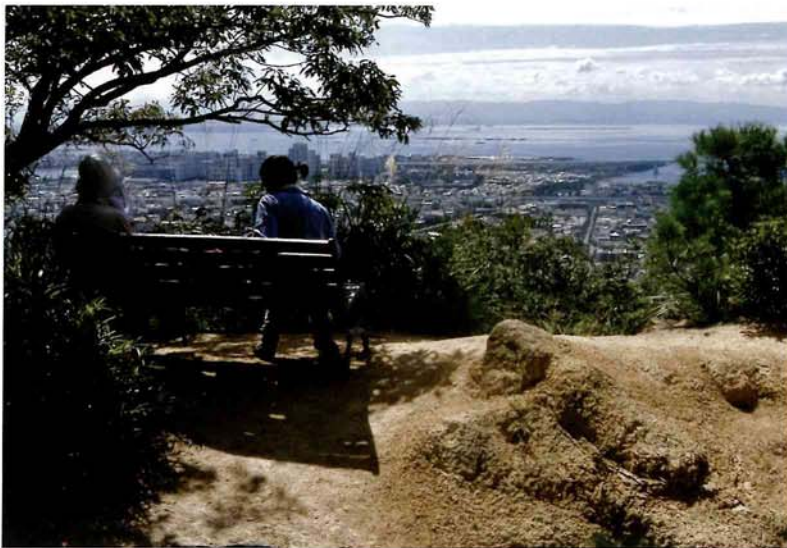
二丁の全景を黄金色に染めている。

冬には冬の春には春の表情を見せる藪や庭園。小鳥の囀りを聞きながら、「日本二」といわれる町を歩く幸せを感じる。

「他人の豪邸を眺めて喜んでいるお前はアホや」と夫は笑う。

新婚時代「こんな家を建ててね」と、夢を語りあった町だ。





城山の中腹 ベンチのある展望所

黒住 敬一郎

(会員番号1653)

城山から荒地山方面へ行くハイキングコースの登山口から少し上ったところに見晴しの良いスポットがあります。ハイキングなら最初の通過地点ですが、ウォーキングであればここを目的地としても良い所です。高座の滝へ行く道の途中に右

へ行けば「城山(鷹尾山)」を経て荒地山」という標識があります。右へ曲がって間もなく舗装が切れて山道になり、そこから15分たらずで着きます。

古いベンチがあるだけですが芦屋の街が眼下にあり、大阪のビル群、関空、六甲アイランド

などが見渡せ、爽快な気分になります。

2年前に実施されたわがまちベンチフォトコンテスト in Ashiya の最優秀作品賞はここを題材にしています。

正月は初日の出を拝むのに絶好で、あべのハルカスや、二上山が見える辺りから太陽が昇ります。

毎年ここへ行くのを恒例としている人もいます。

業平町の小さな 路地裏の逸話

川島 政雄 (会員番号 443)



以前の芦屋市シルバー人材センターの裏に、北に抜ける小さな路地があります。その中程に地震の前までは、「皿井五郎」という名の際立った表札の家がありました。

私の蓄膿を手術せずに完治させた耳鼻科の名医です。現在船場のかつての場所に「皿井」という名の高層ビルが建っています。20号を記念した新しい試みに応募して戴き、誠に有難うございます。これからも連載する予定ですので皆様の寄稿をお待ちしております。

皿井五郎さんと言う人は、大阪は船場の堺筋で、耳鼻科を営む先生です。そして奥様と言えば、お淑やかで綺麗な人でした。女優の司葉子さんの実妹です。そのご縁でと言うか司葉子さんが、市長選の北村候補の応援で、JRの駅前にきてました。私は人材センターに来た時に、よくこの狭い路を通りましたが、地震後は、この家の表札がありません。何処かに行かれたので

ワーク・ア・ラ・カルト

刃物砥ぎ班

「いい仕事して
ますねえ！」

開運なんでも鑑
定団の中島誠之助
の名セリフです

何歳になっても、
日々進歩、進化、
成長することは嬉
しいことです。昨
年11月から刃物砥
ぎ班が立ち上がり
ました。

昨年の就業開拓
員の協力をはじめ、
事務局の皆さんに
は大変感謝してお

ります。

現在メンバーは男性5人、女性
5人で頑張っております。全員素
人ですが、よく切れるとお客さん
に喜んで頂くべく修行？に励んで
おります。

こちらが喜んでいただけではい
けません。お客様からお金を頂
きますので、頂くお金以上のいい
仕事をする必要があります。お蔭
さまで次第に腕前が上がって来て
いるように思います（自己満足
か？）。

これまでの砥ぎ実績は翠ヶ丘ポ
ケットパークでの37本が最高で



会員最高齢の奥田さん

した。

今後はいつ何処で刃物砥ぎをし
ていると言うことが、もっと周知
されてきたら、もっとお客様も増
えてくると思います。

腕を上げ、いい仕事をしてお客
様に喜んで頂くことをモットーに
して行きたいと思っています。

豚も煽てりや木に登る。(笑)

柏木 茂作

(会員番号2038)

Café de Repos カフェ・ド・ルポ

芦屋のグルメ



お腹も、心も、一杯にするカフェ
があなたには、ありますか？

芦屋市立美術博物館の庭にある
カフェは四季折々の景色を眺めな
がらゆったりとした
時間が過ごせます。

夏はかき氷、冬
にはおぜんざい。ラ
イトジャズを聞きな
がらのモーニング。
(500〜600円)
店長さんの手作り
で、日替わりランチ、

コーヒーとケーキ。そして、予算
に応じて、ミニパーティーなど沢
山のメニューがあります。手作り
ケーキ3、4種類から選べるケー
キセットが人気です。

取材 久我 和子



人気のケーキセット700円

芦屋市伊勢町12-25 (美術博物館敷地内)
TEL 0797-35-2577

- 営業時間…9時~17時 (P1時間無料)
- 定休日…月曜日(祝日の場合は火曜日)



2017-5-3

健康の秘訣

苦しみを喜びに

小間 敏子さんの巻き
(会員番号2043)

41年前にはじめて授かった子供を胞状奇胎で摘出手術し、絨毛皮脂という癌にかかり、3年の辛い闘病生活を経てようやく一人息子を出産しました。

未曾有の阪神淡路大震災で、神戸の自宅が全壊。その上、高血圧、狭心症、不整脈等々に加えて20㍻30キロの体重増加が私を苦しめました。ストレスとダイエットのリバウンドの繰り返し。

そんな私にも課せられた事は、昨年3月に父が、90歳の天寿をまつとして、残された母の一人暮らしをサポートすることや、息子家族の2人目の孫出産の手伝いもあり、また、主人の直腸癌の発見、手術、入院、癌治療などにも付き合い、私の仕事はつきません。

わが身に至っては、変形膝関節症、脊柱管狭窄症で最近はどこへ行くにも車、杖を手放せなくなつて

きました。そんな私の健康の秘訣ですって？

趣味のパソコンや写真、第九合唱、友人知人との会食、会話、ドライブに。時にはストレス解消かストレッチ加重かの日々。

三谷先生の健康体操の仲間が、「そんな悪い条件の中にいる人のようには見えないよ。いつも笑顔で肥満以外なんの苦勞もないみたい」と。確かに肥満は、不満体。笑顔でごまかしているのかも。

18歳の時、衝撃的に私の心にゆさぶりをかけたニーチェの「運命を愛する者は、運命より愛される」というキーワードが私の人生と受け止めたのかかもしれません。同じことなら、「苦しみを喜びに」かえるくらい、自分の運命を愛してやろうと。常に明るく笑顔を絶やさずにここまで来たことが私の健康の秘訣かもしれません。



いつまでも元気で！

石原 佳子
(会員番号2332)

「犬を飼ってみたいが、自分の年齢と犬の寿命を考え、飼うことをためらっている」という相談が新聞に載っていました。

その回答は「大丈夫です。飼えなくなったら保健所に相談すればよいのです」とありました。

動物好きの私は、この回答に編集者に「何言っている！」と腹が立ちました。飼い主の都合で、ある日突然生活の場をなくす犬や猫は後を絶たないようです。

そんな生活の場を失った犬や猫の世話を一生懸命している知り合いがいます。わが家の愛犬「ミル」もそんなルートでわが家に来ました。白と黒のシーズ、3歳、女の子の出生の日時の判る身分証も持っていました。

「ミル」が家に来て不思議に思ったのは一言も声を出さないことでした。そんな日が続くある日、チャイムの音に「ワン」とミルが走って行きました。

今の「ワン」は誰の声、何の音、

不思議な気持ちでした。ミルが吠えたのでした。

我が家に来て三カ月、ようやく居場所を失ったショックから立ち直り、この家が自分の居場所だと思ったのだと、後日知りました。

シーズはもともと賢く、おとなしい犬種です。毎朝、ラジオ体操と一緒に連れていきます。

体操が終わるのを、30分間じっと座って待っています。歩く時も私を追い越すことはなく、大きな犬に吠えられても、静かに歩いていきます。ただ、立派な門構えの家の前に来ると、必ず立ち止まり、不思議そうに門の中をじつと覗いています。

犬の記憶は良いと言われています。前は、こんな家に住んでいたの？と聞いてやります。するとブルブルと首をふつて歩きだします。

こんな他愛もない朝・夕の散歩は、リフレッシュできる最高の時間です。

ドックイヤーで数えると、来て五年目の「ミル」は、私と同世代。「ミル」お互い、いつまでも元気でしょうね。



紀行 ☆ 寄稿 ☆ 寄行 ?

皇居・吹上御苑の森

2015年5月

ココ、ここを歩いてみたかった。里山の花をスケッチするのが好きで、皇居、吹上御苑の自然観察会に応募した。多様な生物を可能な限り自然のまま管理している。

皇居の滝見口門から森へと入って行った。葉擦れの音に誘われて大木を見上げると、木漏れ日が地上の草花を眩しく照らすふるりの森。

専門家の案内によると、皇居、

武蔵野の辺りには黒松が多い。黒松は葉を手のひらでふれると痛くて、赤松は柔らかい。幼い頃に松の葉で遊んだ芦屋の浜辺を思い出す。

中には面白い花が咲いていた。絶滅危惧種に指定されている小さな黄色の草花は、水辺に咲く、蛙の傘（ヒキノカサ）と言って蛙が傘をさすところな感じなのだった。

人工の滝がある辺りでは百年

ぶりに見つかったコケがあった。名前は不老草（フロウソウ）と言う。



明るい森で生息する、楓（フウ）の木、ササ、山吹草などは私達には身近な植物だ。

自然と人間との関わりを新たに感じて、帰り際に木に手をそつと触れて、森を後にした。

（自然観察会は宮内庁のホームページによると、今年は応募者数、4000人。内、当選者数、100人）

久我 和子

（会員番号 2251）

似顔絵



白鵬



瀬戸内寂聴



桂米朝

澤田 邦洋（会員番号 2008）

白鵬さん
モンゴル生れの少年が遠い異国
日本で言葉や食物・習慣の
違いを乗り越えて大横綱に！
アッパレ！
瀬戸内寂聴さん
作家で僧侶。九十三才の今も
定例の「法話の会」を聞く等
現役で活躍中！いまでも柳元歌で
桂米朝さん
人間国宝で文化勲章と愛章
まれ上方落語の神髓を樂し
ませてくれた名人！御冥福を
御祈りします。

春の会員研修バスツアー（宇治平等院）

朝8時に2台のバスに分かれて乗る。いつの間にか名神高速を降りて、御茶屋さんの看板が並ぶ宇治の町筋を走っていた。程なく平等院南門のバス専用パーキングに

来ていた。芦屋を出て一時間チョイかな、天気予報では雨でおそろく傘を持ちながらの見物かなと思っていたが、幸運にも終始ちようどいい具合に雨も降らず、ギラギラした太陽もなく高齢者団体にとっては好都合の日和である。

十円玉の裏でしか見たことのない国宝、平等院が目の前に広がる。感動ものだ。約60年ぶりの大規模修理が終わった世界遺産の鳳凰

堂（一〇五二年建立）。昨年初めまでは修復中で見ることが出来なかった。

鳳凰堂の中でガイドさんの話を聞きながら、こんなに精密で色鮮やかなものをよく作ったものだ。日本人は器用で、勤勉、千年も前からこうなのかな、と思いながらじっくり国宝の数々を眺めていた。池に浮かぶ鳳凰堂や蓮の花との調和はとて素晴らしい。やはり実物を目の当たりにするのが一番。

久しぶりに体の芯からリラックスしながら見物する事が出来た。ツアーはこの後湯の花温泉「松園荘 保津川亭」で昼食を戴きな

がら会員同士のコミュニケーションをはかったり、カラオケやお風呂を楽しんだりして時間を過ごした。その後は「大石酒造」での酒

蔵見学・試飲と「稗田野神社」参拝などをした。最後に「まめや黒兵衛」で買い物をし、帰路について。ひと眠りしたらもう西宮インター、今回は何時になく行程の割には予定より早く帰宅できた。

他の会員の皆様も結構楽しんでもらえた様子でした。良いツアーを企画して下さい。会員活動委員会にお礼を申し上げます。

取材 梶原 健司



編集後記

「歳は取っても元気はつらつ」。芦屋市シルバー人材センターにぴったりと、「はつらつ芦屋」の題名で創刊した会報は、おかげさまで20号を迎えました。

右肩上がりの業績を続けるセンターですが、特にこの10年では会員数や事業実績が倍増。その間の目覚ましい会員の活躍や業績の発展ぶりを、各号に掲載することが出来ました。投稿をして頂いた会員を始め、広報委員と事務局などの、きめ細かな努力の成果と言えるでしょう。

制作の当初からのメンバーは北川・鈴木・笹部の3広報委員と事務局の羽瀨主査となりました。しかし、さすが芦屋市シルバー。入れ替わり優秀な会員が参加して取材・編集に和気あいあい。自由な発想や意見が飛び交う雰囲気には変わりはありません。

センターのこれからの発展に『はつらつ芦屋』の役目はますます重要だと思えます。一層、気を引き締めて努力しますので、応援をよろしくお願いいたします。

広報委員長 笹部 成雄



2007.1 新年号 No.3



2006.7 夏号 No.2



2006.1 創刊号 No.1



2009.1 新年号 No.7



2008.7 夏号 No.6



2008.1 設立20周年 記念号 No.5



2007.7 夏号 No.4



2011.2 「はつらつ館」完成記念号 No.11



2010.7 No.10



2010.1 No.9



2009.7 No.8



2013.1 25周年記念号 No.15



2012.7 No.14



2012.2 No.13



2011.8 No.12



2015.1 No.19



2014.7 No.18



2014.1 No.17



2013.7 No.16

「はつらつ芦屋」は20号の節目を迎えました。芦屋の季節を写真で表現した表紙を再録し、足跡を振り返りました。

表紙撮影 笹部 成雄