



第 324 号 平成 30 年 11 月 10 日発行
公益社団法人 三田市シルバー人材センター
〒669-1323
三田市あかしあ台 5-32-2
TEL 564-7501 FAX 553-1300
Eメール sandasilver631015@sandasc.org
ホームページ <http://www.sandasc.org/>

各部会・委員会での活発な事業取り組み

10月26日（金）1時半より第4回理事会が開催されました。
まず、代表理事の職務執行状況報告の後、各部会及び委員会から下記の報告がありました。

○ 総務財政部会

- ・平成 31 年から 5 年間となる、中期計画策定への取り組み。
- ・就業会員と発注者、センター間でのトラブル防止などを目的とする、就業内容明示書の検討。
- ・ホームページ編集、運営に関する改善の検討。
- ・退会会員抑制に関する取り組みの検討。

○ 業務部会

- ・ホームページを有効活用した就業紹介の検討。
- ・女性会員の就業率向上に関する取り組み。
- ・職種別での「リーダー配置」による業務効率化の検討。

○ 福利厚生部会

- ・今後のレクリエーション事業に関する取り組み及び進捗状況。
- ・福利厚生部会の運営要項及び、給付事業、サークル活動に関する内規などの整備に関する検討。

○ 安全・適正就業推進委員会

- ・本年度の事故発生状況。
- ・安全就業に関する今後の取り組み。（救命講習など）

また、協議事項としては、近年の文書の多様化などに伴い、今後の文書開示に対応するため、情報公開に関するより詳細な規定が事務局から提案され協議されました。



事業推進大会 役員・会員表彰

先月 31 日（水）ハーバーランドにある松方ホールにて、兵シ協主催の「兵庫県シルバー人材センター事業推進大会」が行われました。毎年シルバーに功績のあった役職員、会員の表彰が行われ、今年度は、総勢 567 名の役職員・会員表彰が選ばれました。役員表彰は 8 年以上役員を務められ、センターの発展に尽力された方に贈られます。また、会員表彰は在籍 15 年以上であり、他の会員の模範となる就業をされている方に贈られます。今回は当センターを代表して、会員表彰の細見 肇さんが舞台上がりました。どなたも、安全就業と、健康管理のうえ長年就業されたことが表彰に繋がったと思います。おめでとうございます。

○役員 3名

岡田 清さん、安武 万佐子さん、村尾 正男さん

○会員 11名

木山 喜久子さん、森本 美代子さん、杭田 千秋さん、嵯峨根 優さん、
大和田 正夫さん、細見 肇さん、岩津 壽枝さん、下垣 芳純さん、
藤田 晴英さん、城崎 福孝さん、松本 豊子さん



(写真中央:細見 肇さん)

三輪地域班 日本仏教の聖地 高野山参拝

今回は参加者22名（内女性5名）が10月23日に高野山と根本大塔をお参りしてきました。

当日の朝は薄曇り、JR三田駅近辺に参加者全員が定刻の7時30分に集合し、出発しました。

中国道・近畿道等5本の高速道を乗り継いで、更に高野山634mの山道はS字カーブの連続で、やっと予定の11時に参道入口の駐車場に到着。ガイドと合流し、歴史上の人物が祀られる立派なお墓を案内いただきました。

バスを降りた時から小雨が降っていましたが、本堂をお参りする際には雨も止み、本堂では、それぞれの思いをお願いしたことと思います。

その後、持明院に移動して、精進料理をいただきました。特に胡麻豆腐は抜群で、極めて滑らかなその味は絶妙の一言。今まで経験したことがないものでした。根本大塔に移動し、壇上伽藍の見学・境内の散策・土産物屋等自由行動をしました。若干ゆっくりし過ぎた感はありましたが、これで予定はすべて終了です。

帰路に「道の駅・柿の里くどやま」に寄り、大小立派な富有柿が沢山並び、多数の参加者が買い物しました。今回の旅行は、往復7時間のバス移動で大変疲れたのではと思い、車内で皆さんに聞きますと、ご機嫌な顔で無用な心配でした。高速道は大変流れが良く、予定していた18時30分にJR三田駅近辺到着し、散会となりました。



高平地域班 ボランティア活動報告

10月20日に高平ふるさと交流センターで開催された「のぞみとその仲間たちのお楽しみ会」にボランティアで参加しました。

福祉作業所「のぞみ事業所」が主催するイベントです。

朝9時ごろから、シルバー高平地域班からも5名が参加し、メイン会場アリーナ床の養生と、椅子並べ及び撤去、また音響機材を持ち込んでの作業をお手伝いしました。

途中からは会場の全員が踊りの輪に入ったり、昼食にさつま芋ご飯、フルーツやみそ汁のご馳走をいただいたりしました。

中でもこれは凄いなと思ったのが「ハンド・ベル」の演奏でした。自分が担当する音だけをタイミングよく鳴らすのは難しいことなのに、上手にされました。

スタッフの温かくて厳しい指導があってこそ、この様にまとまりのあるイベントが実現していることを実感し、のぞみの皆さんと楽しいひとときを過ごしました。



災害時のボランティアに協力

11月5日市役所本庁にて、「災害時における避難所等の運営支援に関する協定書」の調印式が、当センターを含む6団体の出席で行われました。

協定書の内容は、災害時のボランティアではありますが、瓦礫撤去などの重労働ではなく、避難所内での運営を円滑にするための業務を、市からの要請で行うものです。

あくまでもボランティア活動なので、強制ではなく会員の皆様のご理解のうえご協力いただくこととなり、災害時の地域貢献として期待されるところです。

なお活動の際には、ボランティア保険が適用されることとなります。



11月10日からの行事

11月10日(土)シルバーマルシェ(10:00~14:00)

三田駅 キッピィスクエア

12日(月)おしゃべりサロン(10:00~)

21日(水)仕事の相談日(10:00~)

23日(金・祝)シルバー感謝祭

※駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用下さい。

26日(月)AED講習会(10:00~)

安全・適正就業推進委員会(13:30~)

12月8日(土)シルバーマルシェ(10:00~14:00)

三田駅 キッピィスクエア

次回の配分金の支払いは

12月10日(月)です。

月度	平成29年度実績	平成30年度速報
会員数(人)	1,095	1,130
受注(件)	1,915	1,895
金額(千円)	299,239	301,938



新入会員紹介(順不同・敬称略)

個人情報のため、お名前は伏せています。

笑顔研究所
あなたが笑顔になる時は...

とみた ひろあき
富田 弘章 さん



入会は平成24年10月です。現在、市の広報紙「伸びゆく三田」の配布業務、施設管理業務に就業されると同時に「NOW」誌の編集委員もされています。

ご趣味のサクソフォンについてお話を伺いました。

演奏歴は約10年。最初は独学で始められたそうですが、生半可なことでは音を出すのが難しく、教室に通ったそうです。

現在は、元刑事や元校長等をメンバーとする音楽好きな6人と「サクソグランパ」という名のサークルを作り、練習会や公演を楽しんでおられます。全員揃っての練習は月に2回程度、4重奏(ソプラノ・アルト・テナー・バリトン)のほか、ドラム、ギターなどを加えて、それぞれ得意な楽器で練習します。

サクソフォンをしながら別途、最近始めた楽器「ewiイーウィ」を使って3人兄弟でセッションしておられるそうです。

「ewiイーウィ」とは、これ1本で尺八やサクソフォン、オーボエなど何種類もの音が出せる電子楽器だそうです。ご兄弟で仲良く音楽を楽しまれるって、素敵なことだと思います。

練習の合間に、地区の介護施設や老人ホームへ慰問に訪れたりされているそうです。一番楽しいのは保育園だとか。童謡や唱歌の後に、お手製のアンパンマンの衣装を着て主題歌を演奏すると、子供たちは大喜びです。

また、地藏盆にあわせてコンサートを開催。今年で6年目になるそうです。

演奏会や慰問など、目標があるからしっかり練習もできるし、日々緊張感を持って生活できる。このような気持ちでこれからも過ごしていきたいとのこと。

最後に笑顔になれるときはどんな時でしょうか、とお尋ねすると、「プロ級の撮影技術を持つ友人が撮ってくれた公演のビデオを見て、このときはいい音が出せたな、と納得できたとき、最高の笑顔になります」とのことでした。



演奏中の富田さん

(T・N記)

◆◆ 牛乳の選び方のお話 ◆◆

牛乳は、私たちが必要とする栄養素の優れた供給源です。近年の研究から人の免疫系や内分泌系、循環器系などに作用し、病気を予防する重要な機能があることがわかってきています。そこで今回は、牛乳について少し調べてみました。

マーケットの売り場へ行きますと、選ぶのに苦労するほどたくさんの種類が並んでいます。売り場で困らないように整理してみました。牛乳類は、以下の3種類に分けられます。

- ① 牛乳：生乳のみを原料としたもので、成分無調整、成分調整、低脂肪、無脂肪の4種類に分れます。
- ② 加工乳：生乳にバターや脱脂粉乳を加えて調整したもので、高脂肪な特濃や、低脂肪ものなど。
- ③ 乳飲料：チョコレートやコーヒー味にビタミンなどを入れたもの。

上記のように、いろいろ種類がありますので、お好みで選ぶことになりますが、成分ばかりではなく、味やコク、カロリーなども大切です。

ただ、一般的に購買者の多くは、「純粋な牛乳はどれ？」と探されるとおもいますが、それは牛乳のカテゴリーのうちの「成分無調整」ということになるでしょう。生乳100%を原料として加熱殺菌したものです。一度売り場で、パックの表示を確認してからの確に購入されることをお勧めします。ひよっとしたら、明日は牛乳の特売日かも…。

ご参考までに、2020東京五輪のオフィシャル牛乳として、明治乳業の「おいしい牛乳」が選ばれています。
(S・O記)



折々の花 ヨメナ

キク科ヨメナ属の多年草です。原産地は日本で、本州中部以西、四国、九州に分布します。長い地



下茎があり、駆除はやっかいです。道端によく見かける雑草で、秋には薄紫か白い花をつけます。名前の由来は、美しく、優しげな花を咲かせることから、『嫁』の字があてられたといわれます。

万葉集では「ウハギ」と呼ばれ、春の若菜摘みの対象として最もよく歌われました。若い苗が5~6匁になったころ摘みとり、茹でて、お浸し、和えもの、炒めものにしました。春の若菜の中でも特に美味しく、古代から広く愛されてきました。

また、昔から漢方薬の原料として、夏に全草を採取し、水洗いの後、日干し乾燥させ、解熱、解毒、止血等に用いられました。

私たちが中学、高校生のころ課題図書として、伊藤左千夫「野菊の墓」が推薦されました。男子校生だった筆者の友人が「ちっ、泣かされてもたわ！」とぼやいていたのを思い出します。このときの「野菊」は、舞台となった千葉県松戸市の矢切近辺に咲く、ごくありふれたカントウヨメナとみられます。

花言葉は、「従順」「隠された美しさ」です。

(T・N記)

気まぐれトーク

晩秋のころに訪れる暖かな日和を「小春日和」と呼ぶことを知ったのは、1977年に山口百恵さんが歌った「秋桜(コスモス)」でした。春のポカポカ陽気ではなく、コスモスの揺れる庭にそっとできた陽だまり。

穏やかな秋の日を背景に、結婚という人生の大きな転機を迎えた娘の、実家を離れる複雑な気持ちと母への思い、そして母の寂しげな様子がつづられていて心に染みる歌詞です。41年経った今でも、この時期によく耳にする名曲です。

しかし、百恵さんの歌に浸ってばかりはいられません。11月に小春日和と呼べる天気は、平均すると5日ほどしかないとのこと。徐々に寒気が来て季節は冬へと移ります。

私にとって小春日和は、貴重かつ絶好の洗濯・布団干し日和でもあるのです。

(A・O記)

