シルバー江田島

臨時号

平成 6 年10月10日

江田島町
シルバー
人材センター

「シルバー」の宣伝月間始まる

十月は全国的な「シルバー」の宣伝月間です。

シルバー人材センターは会員にふさわしい仕事を企業や家庭、官公庁から引きうけ、会員の従事した仕事に応じて報酬を支払います。地域の要望に応じ、そんなに目立つことはないけれども、仕事に従事することで地域の生活を支えています。そして、一緒に働く仲間との交流も育てています。

いま、江田島シルバー人材センターの会員は二〇〇名（九月二十日現在）で、該当年齢の五パーセント強です。

月間にとりくむのは、

一、町内に在住する該当者に「シルバー」の存在を知らせ、加入を呼びかける

二、町内の事業所、官公庁をたずね、仕事をもらうことをねらいとしています。

江田島の私たちは、

一、町内の公民館や老人集会所などにポスターを掲示する

二、「全シ協」作成のパンフを町の回覧と一緒にして町民に読んでもらう

ことを決めました。

会員の皆さんも口コミでシルバーを宣伝し、加入を働きかけ、仲間をふやしましょう。

秋月

加藤唯夫

山佐（勇）さんに「シルバーで一番年長者は誰か」と聞いたら、「あんた」という返事。勿論、八六才の私に違いない。所がシルバーの作業で草刈機を振りまわしたら若返る、とても楽しくなる。安全のために歌ってはいけない好きな歌が出そうになる。

ある高齢者対象の講習会で、働く青空のもと、自然の空気にふれ、身体を動かす。孤独をさける。スポーツ・趣味の仲間をふやす。スポーツということについては深い関心を持っている。若い時、草野球をしていたので、今でもバッティングセンターに行っている。球のスピードは一〇〇キロが丁度よいのだが、たまには一二〇キロが打ってみたくなるが、当らない。

さて、文字に制限があり、ここらで終わらせていただきます

最後に、江田島シルバーの発展と皆様方のご健勝を祈念して終わらせていただきます。

山本数美

私はＩＨＩ呉造船所を退職して約十五年になります。

若い時は全国勤労者水泳大会で県代表として他府県に計十回出場しましたが、現在はゲートボールが趣味で、町外、県外に気の合った者五、六人で遠征し、優勝もしましたが、負けが多い今日です。ミスの多い時が負けのようですが、ゲートボールは面白いですよ。みなさん、やってみませんか。

仲間

中郷　仲間と共に

川尻チネ

私は女性会のみなさんと、毎週八十才以上のひとり暮しの老人の所へ、ヤクルトを持って訪問しています。

老人の中には、元気で活躍しておられる方、寝たきりでも一生懸命生活しておられる方、若者にお茶、お花を指導したり、趣味を生かして、色々な物を作って、社会奉仕をしている方々を見るにつけ「年寄は町の宝」だ。見習うべきだと思います。

男性の方から「男が生き残るとね」と言う話を聞き、「大変だろうな」と男性料理教室の普及や生涯学習の重要さを痛感します。

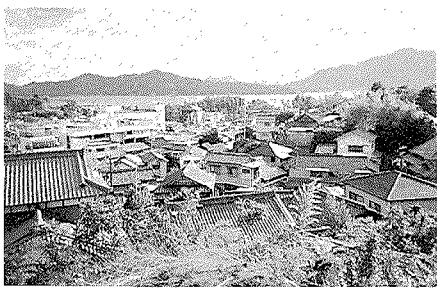
だれもがたどらなければならない道です。

ある老人ホームに「ボランティア今はするもの、やがては自分が受けるもの」と書いてありました。

私はこの言葉を胸に、いつまでできるか、女性会のみなさんと共に、ボランティア活動を続けて行きたいと思います。

山佐　勇

長年、呉の製鉄所でメンテナンスを担当していた関係で工器具には特に関心を持っている。最近、砥石にかわる超硬ラッパー「セラミックス」が市販されている。二年前に購入して使用しているが、大きさは歯ブラシ程度で先端に超硬がついている。軽量であり簡単に庖丁、鋏等研ぐ事が出来る非常に便利なものである。会員の皆さん、一度試してみたら家族が喜こぶ事は請け合いである。



鷲部

働く意味を考える

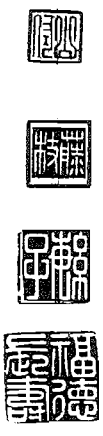
山中栄一

働くとは「傍を楽にする」ことだとよく言われますが、まことに言い得て妙だと思います。人間は、周囲のあらゆる人や物に生かされて生きているわけですから仕事をとおして周囲を楽にすることは、自らが受けている恩恵に対してお報いすることと思います。

山佐昭三

私は、閉塞性動脈硬化症の術後は、術科学校のガイドと、ＡＴＭの仕事をしています。ガイドの仕事に喜びを感じています。

趣味の中で力を入れているのは篆刻です。次は最近の作品の一部です。



事務局

山佐一男

私は十六才で広島逓信講習所を卒業して、江田島郵便局の電信係へ配属された。

仕事はモールス符号による電報の扱いである。

戦前のある日、「チチシス、スグコイ」の電文を「チチアス、スグコイ」と間違えて受信した。「シ」と「ア」の一字の間違いで大変迷惑をかけた。

今から〇十五年も前のことである。

参考までに、モールス符号の「シ」は「－－・－・－」で、「ア」は「－－－－・」、最後の「・」と「－」が違うのである。

森修一

私は、ミニシルバー設立時から、センターのお世話になっています。

生来の、無口で社交性のとぼしい私ですが、センターに入会して多くの仲間に入れていただき、定年後の生きがいをみつけることができ、自分なりに満足しています。

若い頃から運動が好きでしたが、寄る年並と持病の心臓病のため、現在では、ゲートボール協会に入会して時々遊んでいます。また屋内では囲碁が下手の横好きです。

センターにサークルができれば入れていただきたいと思っていますので、その節にはよろしくお願い致します。

われらの

江田島〇二五番

角川龍男

私のシルバーセンターへの登録番号です。高能協の頃より在籍して「なんでも屋」さんをしていましたが、シルバーに改編されてからは、主に車輌の運転をして、社協が行っている在宅入浴サービスでヘルパーさんの手伝いをしています。二年が過ぎましたが、事務所スタッフの〝お早う〟、〝頑張って〟、〝ご苦労さま〟の掛け声と、爽やかなスマイルに励まされ、今も続いています。

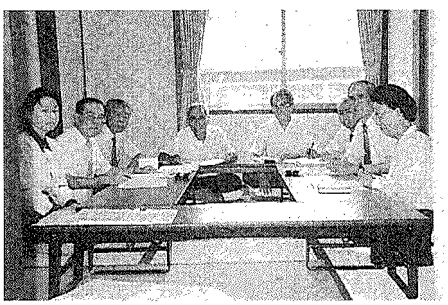
これからも一生懸命頑張っていこうと思っておりますので、皆様方の暖かいご指導とご支援をお願いいたします。

岡本光子

現在地に生まれ育って七十年余り。何もかもすばらしく変わった。

孫も小学六年と大学一年生だ。例えてみると、孫は朝日で、私は夕日だろうか。朝日が昇るには凄いエネルギーが必要である。夕日は静かに沈んでいく。一歩ずつ確実に老いていく自分も美しく、ゆっくりと沈んでいきたいと思う今日この頃である。

広報委員会



平木重己

シルバーの理事で広報委員をさせて貰っています。「高令化社会の活性化はシルバーから」をモットーに、センターの発展に努めたいと思います。又、現在の私の立場で出来ることとして、行政とも連絡を密にして、シルバー協会の更なる充実にこれからも微力を尽くしたいと思っています。

特技と言えるかどうか、英検の一級の資格があります。お役に立てば申し付けてください。

趣味は民謡、詩吟です。

新本清一

役場勤務十年、自衛隊では江田島を振り出しに呉、舞鶴、東京、鹿児島等を転々とし、遠隔の地は単身で赴任。ふりかえってみればアッという間の三十年でした。昨年勧められて皆さんの仲間入りをしたのですが、区の評議員や老人会のお世話などもあって結構忙がしく過しています。余り面識のない私ですが、「シルバー江田島」では、毎回皆さんのお目にかかっております。そう、それは第一面の題字です。広報紙ともどもどうかよろしく。

下谷源蔵

退職して江田島に帰った私に事務局長の森くんが、〝シルバーに入れよ〟と声をかけてくれたのがきっかけで入会しました。

いま、中学校で国語の講師をしているかたわら「シルバー江田島」の編集も手がけています。取材で江田島中を走りまわり、皆さんとお話しでき、とても楽しい思いをさせてもらっています。

なんとかいい広報紙をとこれからも努力します。取材でお会いしたおり、いろいろ話していただければと思っています。

安全就業講演会もたる

八月三十日、町文化センターで安全就業講演会がもたれました。講師は青木先生（青木病院長）、参加者は四十名余でした。

高齢に腰痛はつきもの

講演会ははじめに腰痛についてのビデオを見て、そのあと青木先生の講演を聞きました。

腰痛の原因には、

一、ガンに侵される

二、椎間関節症

椎骨と椎骨の間にある板（椎間板）が固くなってとび出し、神経を圧迫する症状

三、骨粗鬆症

カルシウムの減少により骨がもろくなる症状。太った女性に多い

腰の負担を軽くすること

腰痛にかからぬようにするには、

一、腰の負担を軽くする――休むときには足を高くする

二、腹筋運動をくりかえす――急激な運動ではなく

三、重い物を持ち上げる時は、しゃがんで品物を引き寄せるようにして持ち上げる

四、腰痛がひどい時は枕をはずし、うつぶせになるとよい

などが話の中心でした。

なお、腰痛体操がよく、病院ではそれを揃えているので活用して腰痛防止に役立ててほしいとのことです。

健康は自己管理を

本来的には健康管理は自己管理であるので、健康診断は年一回以上受け、自分の体の状態をつかみ、医師の指示に従って自分で管理することが大切。

その他、種々の病気、特に糖尿病、心臓病、肺ガンなどの原因、予防法について話されました。

安全は基本にかえり実行する

全国シルバー人材センター協会作成のビデオを見て、安全は「基本にかえり実行する」ことの大事さを全員が理解し、明日からの安全就業に心がけようと確認しました。

今回、参加できなかった方は、ビデオが事務局にありますので、いつでも申し出てください。

お互い、健康第一、安全第一で活動しましょう。

宿泊施設優待割引案内

◎リゾートホテル　割引率15%（一泊二食付サービス料込税別）

施設名	住所	電話
小湊ホテル三日月	〒299-55 千葉県天津小湊町内浦2781	04709-5-3111
ホテルビィンテージ新宿	〒160 東京都新宿区歌舞伎町２―40―３	03-3205-6300
ホテルおくゆもと	〒250-03 神奈川県足柄下郡箱根町湯本茶屋211	0460-５-6271
ホテル緑風園	〒414 静岡県伊東市音無町３―１	0557-37-1885
山喜旅館	〒414 静岡県伊東市東松原４番７号	0557-37-4123
大西屋水翔苑	〒669-61 兵庫県城崎郡城崎町桃島字桃山1256	0796-32-4571
観光旅館よしのや	〒669-61 兵庫県城崎郡城崎町湯島９３９	0796-32-2282
ホテル清風荘	〒683 鳥取県米子市皆生１８６０	0859-22-4141
味の宿どさんこ	〒899-51 鹿児島県姶良郡隼人蔵例川字立花山4403	0995-77-2877

◎リゾートホテル　割引率10%（一泊二食付サービス料込税別）

施設名	住所	電話
神の湯	〒690 松江市千鳥町７３	0852-21-2655
一文字屋ホテル	〒690 松江市千鳥町６４	0852-23-1117
なにわ別館	〒690 松江市千鳥町６３	0852-21-4132
グランドホテル水天閣	〒690 松江市千鳥町３９	0852-21-4910
松平閣	〒690 松江市千鳥町３８	0852-23-8000
ホテル一畑	〒690 松江市千鳥町３０	0852-22-0188

◎ビジネスホテル　（基本室料の10%割引）

施設名	住所	電話
新潟ミナミプラザホテル	〒950 新潟市万代３―１―１	025-241-3730
スターホテル東京	〒160 東京都新宿区西新宿７―10―５	03-3361-1111
スターホテル横浜	〒231 神奈川県横浜市山下町11番地	045-651-1311

【利用方法】
- 各施設に直接申込みをして下さい。支払いは現金です。（旅行業者を通じての申込みは割引制度が適用になりません。）
- チェックインの際にシルバーセンターの会員証を提示してください。（会員証は事務局で発行しますので申し出てください。）
- 利用日は平日の月～木。また12月31日～１月３日、４月28日～５月４日、８月13日～16日は優待割引の適用なし。