

第 19 号

平成14年1月1日

<発行>

(社)江田島町シルバ－  
人 材 セ ン タ ー

江田島町中央1-15-15  
江田島町シルバ－ワークプラザ  
TEL (0823) 42-5211  
FAX (0823) 42-5051

# シルバ－ 江田島



10月7日、ねんりんピック会場

## 年頭のあいさつ

理事長 山佐 一男

新年あけまして おめでとうございます。  
皆様方には、「お健やかに」よい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年はいろいろとお世話になりました。お蔭様で厳しい情勢の中にありながら、事業運営も順調に推移しておりますことに対し、心から厚くお礼を申し上げます。

平成十三年十一月末の事業実績は、会員数二五一名(対前年同期比一〇・二%)、契約件数一〇九九件(対前年同期比一〇六・八%)、契約高五六、一二五千元(対前年同期比一〇三・七%)と着実に増加してまいりました。これらは皆様方のまじめで、ていねいなきめ細かな仕事ぶりが評価を得ているものと思っています。

さて、今年も昨年に引き続き経済状況、失業率の好転は望まれそうにもなく、長引く景気の低迷が予想されます。

このような状況下で、今年は二つの大きなことがあります。その一つは創立十周年という節目を迎えることです。節目に当り、気分を新たにし、初心に帰り、「自主、自立、共働、共助」の理念に基づく「愛されるセンター」でありたいと思います。

次は江能四町の合併に伴うセンターのあり方の問題があります。法律では一つの市に一つのセンターということになっておりますので、合併後は新市でセンターは一つということになります。関係の団体等と打合せ、調整をとりながら齟齬をきたさないよう努力していきたいと思っております。

終りに、会員の皆様の英知と努力によって輝かしい展望が開けますよう、そして皆様方の益々のご健勝を祈念いたしまして新年のごあいさついたします。



# 新年のご挨拶

江田島町長 平木重巳

シルバー人材センターの皆様、明けましておめでとうございます。皆様お揃いで佳い新春をお迎えのことと拝し、ご同慶に存じます。

さて、昨年は、町政施行五十周年を迎えた記念すべき一年でありましたが、明けて平成十四年(二〇〇二年)の新年は「江田島町高齢者能力活用協会」が発展的に解消され、平成四年(一九九二年)十月二十日をもって「社団法人江田島町シルバー人材センター」に衣替えしてから十年を迎える大変意義深い年にあたります。年頭にあたり心からお祝いを申しあげます。

「社団法人江田島町シルバー人材センター」は、当時県内の町村では三番目に設立されたもので、各方面の注目を浴びたものであります。設立当時の理事長はじめ役員ご一同、又、会員皆様の一致協力により着実に発展をとり、今日を迎えております。

その間、平成十年(一九九八年)には、中央公園の一角に、かねての念願であった「シルバークプラザ」を建設することができました。これは高齢者福祉の向上と、地域活性化の見知からも誠に幸甚なことでありました。

当時、労働省における「シルバークプラザ」の予算額は極めてきびしい事情があったにもかかわらず、多くの関係者各位のご助力を得て建設の実現を見ることが出来たことは本当に幸運であったと思います。

今や、シルバー人材センターは、会員二五一名の多きを数え、年間の事業量も七、六〇〇万円を超えると聞いています。少子・高齢化時代といわれる今日、高齢者の方々が自らの能力と知識を活用して社会参加し、生き甲斐を感じてもらおうことの社会的意義は大きなものがあります。その意味で行政も応分の補助金支出や、草刈り、清掃等の業務を委託発注し、その運営に協力しているところです。また、役場の清掃をはじめ、会員の立派な仕事ぶりに感心していることを申し添えます。

終わりにになりましたが、重ねて皆様のご健勝とご多幸をお祈り致しますと共に、「シルバー人材センター」発足十周年を迎えた今日、人材センターがこれまでと同じように町民に親しまれ、愛されるセンターであることを心から期待して、新年のご挨拶と致します。

## 雨にたたられた文化祭

平成十三年十一月三日、江田島町文化祭は、江田島小学校において開催されました。前日の二日、準備のため十四時にシルバー人材センターに集合して、会場の設営及び展示品の搬入を行いました。文化の日には雨は降らないというジンクスがあるとか、今回はそれが裏目に出て生憎の雨。

午前八時三十分、講堂で行われた式典に参列、終って校舎二階の会場や廊下の前後に赤や青の幟を立てて、華々しく開場。入場者にはSCのパンフレット、ティッシュペーパーを配布して啓発に努め、最終的にはパンフもティッシュも出尽すほど人の出入りは切れ目がなかったが、午後になると講堂で演芸が始まり、客足はバツタリと途絶えたりしました。売上げはそれ程あがらず、例年の約半分程度でした。

一方親子創作コーナーは、雨の中テント張りでは長居をすれば寒さが身に凍みる状況でしたが、それでも常時四、五人はいて、馴れない手付で小刀を握り、会員指導のもと竹トンボ、竹笛作りに没頭し、出来上れば喜びが顔に表われ、寒さを一時忘れさせてくれました。

綿菓子も例年行列ができるほどでしたが、雨の中それ程の盛況さはないにしても、相応に完売も

した様子でした。総括的に売上げは延びなかったようですが、客足は他に比し一番多かったと思っております。これは自画自賛。(S・S記)

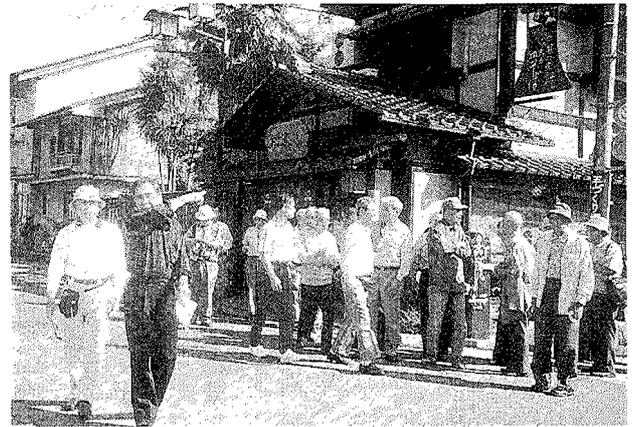


畿近北

### 親睦旅行に 参加して

恒例の親睦旅行が、今年は城崎温泉と周辺の名所観光に決まり、九月二十日～二十一日の日程で行われた。参加者五十四名（内女性八名）は呉港に集合し、七時二十分出発した。バスが中型のため補助席も全部必要となり、長い道中の窮屈さを懸念したが、やがて酒類が配られて、そこかしこで賑やかな談笑の花が咲く頃、この心配も解消した。天候は快晴、車窓に流れる秋本番の風景を満喫し快適なドライブと思っただが、トンネル又トンネルの連続には少々閉口する。ガイドさんは中年のベテラン。豊富な経験と軽妙な話術で車内を爆笑の渦に巻き、流石と感心する。播丹道路に入り和田山SAで小憩の後、十二時二十分最初の目的地、但馬の小京都と言われる出石町へ到着した。

昼食をドライブイン「いずし」で名物のいずしそばに舌鼓みを打ち、十五時三十分の出発まで自由行動となる。ここ出石は、江戸時代仙石家所領五万八千石の城下町であったが、幕末頃分家二家の勢力争いで、天下の御法度であったお家騒動が起こり、幕府からきつい制裁を受け、大老の仙石左京が処刑されたり、領地を減地されるなど、歴史上大事件のあった藩として有名である。由緒あるたたずまいの町には、城祉、家老屋敷、登場門櫓、武家長屋



“出石にて”

など往時を偲ぶ史跡があり、三々五々感慨深く見学する。中でも町のシンボルとして親しまれている辰鼓楼は、昔は辰の刻（八時）に打ち鳴らされた太鼓に変わり、現在は時計台として移り行く歴史の時を刻んでいる。十六時二十分待望の城崎温泉に到着した。早速ホテルの名湯で体を休める人、情緒ある柳並木の温泉街をぶらぶらと外湯七湯の探訪に出かける人、夫々思い思いの時間を過ごす。十八時三十分からの宴会は、例年通り、芸達者による、カラオケ、踊りありの楽しい一日目を笑いの中に締めくくった。

翌朝はホテルを八時出発し、天の橋立のある宮津市へ向かう。途中から生憎の小雨となったが、暗い天候を跳ね返すように、カラオケや民謡が飛び出

し、「丹後の宮津でピンと出した」とムードは最高。十時四十分宮津の籠神社に到着。旧官幣大社のこの神社は、伊勢神宮の元宮として由緒ある最上の社格と聞く。参拝を済ませケープルカーで笠松公園へ。公園の山頂では、景勝宮津湾を一望する大パノラマを背景に記念写真をとったり、日本三景の一つ天の橋立を、有名な股のぞきで観賞し

## “フェスティバル江田島”に今年も参加

たり思い思いの時を過ぎて下山、早めの昼食をとる。十一時三十分帰途につき、舞鶴自動車道を経て山陽道へ。綾部を通過した頃ビデオで映画が始まったが、長旅の疲れか大半の人はおやすみの体。三木、吉備、小谷SAで小憩の後十八時五十分呉港に無事帰着し、二日間に亘る楽しい親睦旅行を終了した。

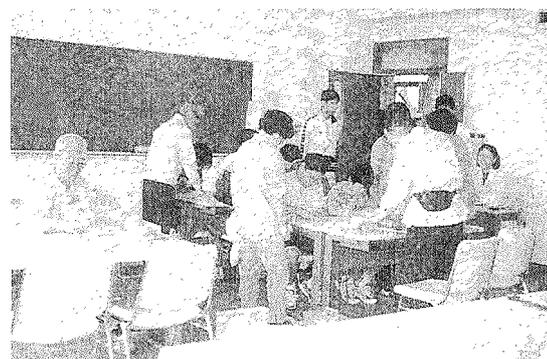
(A・I記)

秋晴れの好天に恵まれた十月十四日、

青年の家で行われた「フェスティバル江田島2001」は町制五十周年記念でもあり、北海道から「YOSA K O Iソーラン」、沖縄から「エイサー」、更には「周防猿回し」等例年にない多彩な催もあって、多数の人出で賑わいました。

シルバーセンターは本館二階の第三研修室で竹トンボ、鳩笛づくりと竹細工、竹炭、竹酢液などの展示、販売を行いました。

竹トンボ、鳩笛づくりでは小学生、中学生、親子づれが熱心にアタックして



いました。

鳩笛は鳩の胴体となる七センチの竹にある穴に、斜めに切った小竹をすり合わせ吹いて音を出し、あとは顔と羽根をつけてできあがりです。

子ども達は馴れぬ手つきで小竹を斜めに切って胴体の竹にある穴とすり合わせ、音を出すのに一生懸命でした。

音が出ると「でたー」「でたー」と大喜び。あとは顔と羽根の部分を着けて出来上がった鳩笛を吹きながら帰って行く姿が印象的でした。

竹トンボづくりでは、親と子の合作で出来上がった竹トンボを飛ばして喜んでいました。

販売では、おなじみの竹炭、竹酢液に人気があり、係員に説明を求めるなど大変盛り上っていました。

(K・Y記)

道がゆるやかなので楽だ



九月二日、

宮ノ原の荒木さん宅の引越し作業の現場に行きました。

前の日に松岡さん宅の空き地に車を人れさせてもらうよう頼んでおいたので、車をそこに止め、そこから一輪車で荷物を運びます。作業は四人、二人一組で、一組は自動一輪車、あと一組は手押し。

「引越しの経験はあります。この前山田へ行った時は道が急で一輪車も使えず、オイコで運びました。それに比べるとここは楽です」

「作業は午後までかかります。ベッドは分解して運ばねばなりませんね。それに冷蔵庫もあるし」

そんな話をしている時に安全点検班の人達が来ました。みんなヘルメットをきちんとかぶっているの、最初、作業の手伝いかと思いましたが、「タンクを運んだが、中に衣類が入っていたので重かった。普通は衣類は出しておくものだが…」

「それに、タンク等、丈の高い物を載せている時は、一輪車では前が見え



ないので、気をつけてはいます。以前四回もぶっつけたことがあります。また、荷の積み降ろしの時、指をはさまないよう気をつけています」

「それにしても、自動一輪車は助かります」

町政施行五十周年  
宇宙展会場にて

支える仲間

九月二十八日、江田島小学校体育館の

「町政施行五十周年宇宙展」における監視の仕事にシルバ－の仲間が関わっているとのことで訪ねました。

私が着いたのは九時半すぎ、江田島小学校の四年生が見学に来ていました。子どもたちの人気は、ロケットの打ち上げ

から静止衛星の軌道にのせるまでのビデオに集中していることは、監視の仕事のかたわら、子どもたちにコンピューターの操作の説明をしていた岡村さんの話。子ども達は岡村さんの説明を真剣に聞き、操作をしていました。

「今の子どもは慣れてるので、すぐに自分がやり始めます」

とは岡村さんの話。そして、

「私達の仕事は監視。本当は宇宙物理を専攻した人が説明してくれると、子ども達は宇宙についてもっと興味を持ってくれると思います」

と付け加えました。

来館者は二十六日が二〇〇名余り。その多くは幼稚園児と小学生だったそうです。大人の来館者が少なく、私が訪ねた時は、大人は三、四人でした。

書類等送達業務に随行して

「今日の午後は切串中学校の生徒が来ます」

という二井さんの言葉を後に会場を去りました。

十月始め、役場から出張所や学校に文書等を届ける仕事があると聞き、九時頃役場に行きました。



育所。ここでは受付の窓口で袋を入られて、次は鷺部公民館。出張所の女性の職員が、

「ご苦労さま。これ、お願いします」

と、役場に届ける袋を渡します。

「時にはお金を頼まれることもあるんです。その時は気を使います」

さらに

「こうして届けるだけでなく、学校や出張所から役場に届ける物も預かることが多いです」

一人で車を走らせ町内の学校、出張所、保育園に届け、それから役場に届ける文書等を預かる仕事、一見楽にみえますが、職員さん達との対応等に気をつかうことが多いだろうと思い、鷺部出張所で別れました。

### 能美島に比べると 江田島はよい

十月十日午前、空缶拾いの作業班の方に同行しました。この日は、津久茂、大原、幸ノ浦、切串、小用とまわること。

空缶拾いの作業班は二組、交替で月曜日から金曜日まで町内をまわります。一組は二人ペア。

最初は津久茂。バス停の所から大原にむかって、道路、道路わきの側溝の缶だけでなく、紙やビニールを拾っていきます。

「煙草を包んでいるアルミが厄介です」と

と言いながら、身をかがめて側溝の中のアルミを拾います。

「車が駐車できるような幅のある道路のわきに、弁当のバックやコーヒースの空缶、ペットボトルがよく捨てられています。それらが手の届く所にあればいいのですが、草むらの中や手の届かない所に捨てられていて、見つけにくく、取りにくいので困ります。草刈りも今頃やれば半年は草もそう伸びず、見つけやすいのに」



## われら町を

車は一人を残し、もう一人が運転して二〇メートルぐらい先に止めます。運転していた人はそこから前に向かって作業。もう一人は車の所まで拾うと、車を運転して二〇三〇メートルくらい先に行き、そこから作業。一組が二人ペアというわけがやっとわかりました。

「能美島に比べると江田島はいい。毎日、こうして拾っているからでしょう。缶がたまったら沖美町の環境センターに持っていく。その時、よくわかります」

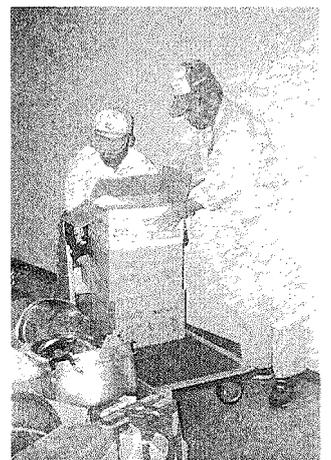
と誇らしげに話してくれました。

ゴミの不法投棄防止の呼びかけ、空缶拾いの作業が町を美しく保っているのだなとしみじみ思いました。



### 結婚前の嫁入り道具 みたいだね

十一月、江田島町文化祭の準備のため、文化センター三階の調理室から江



田島中学校家庭科室に調理用具を運ぶ作業のあることを聞き、八時半すぎに文化センターに行きました。

作業は二人。三階のロビーに積み出した用具を台車を使って下まで運び出す作業中。

「割合軽いものだけど、トラック一台では運べないな」と

と言いながら台車に積みます。運び出すのはナベ、カマ、炊飯器、大きなガスコンロ、ボールなど。こまごましたものはダンボールに入れてあります。

「結婚前の嫁入り道具みたいだね」冗談がとび出します。

台車は一台。二台あれば作業がはかどるのにといいながらその場を去りました。

午後、会場となる江田島小学校に行きました。シルバリーの受け持ちは茶室の設営。私が着いた時には、すでに展示などに必要な用具を積んだ軽トラが十台余り、それに会場を借りてくる人々に校庭はごったがえしていました。

茶室の設営にはパネル、椅子が必要。二人の会員は体育館から茶室担当のご

婦人とそれら運びます。校庭に出ると、シルバリー展示の品物を積んだ軽トラのまわりに六、七人の会員が

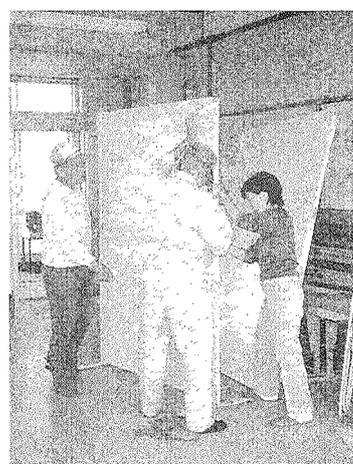
「理事長が来ないと仕事にならない。何をしとるんか」と

と理事長を待っていました。そこへ、山佐理事長が到来。

「みなさん、待ってましたよ」と言う。

「すまん、すまん」と

と言って、展示会場を指示し、会員たちは品物を持って校舎に入りました。



### ようこそ 新しい仲間のみなさん

(敬称略)

新しく入会された方々を紹介します。

- |    |    |    |    |      |
|----|----|----|----|------|
| 森古 | 下本 | 幸国 | 貞雄 | (切串) |
| 古鍵 | 山井 | 智智 | 雄子 | (切串) |
| 仁古 | 本井 | 清嘉 | 治樹 | (鷺部) |
| 吉平 | 宗崎 | 美枝 | 香春 | (秋月) |
|    |    | 幸春 |    | (小用) |

# 職 域 座 談 会 (7)

― 襖、障子、畳班 ―

## 実技研修は技能向上に必要

十一月十九日の午後、襖、障子、畳班の仲間の話を聞きました。

出席者は藤信さん、川尻さん、角川さん、前浜さんに山佐理事長。司会は風呂井事務局長、記録は下谷でした。

### 実技研修に参加後、誘われて

司会 今まで、いろいろな班の作業内容や、仕事の上での喜びや苦勞を話し合ってきました。今日は、皆さん、それぞれの思いをのべてもらいたいと思います。藤信さんからどうぞ。

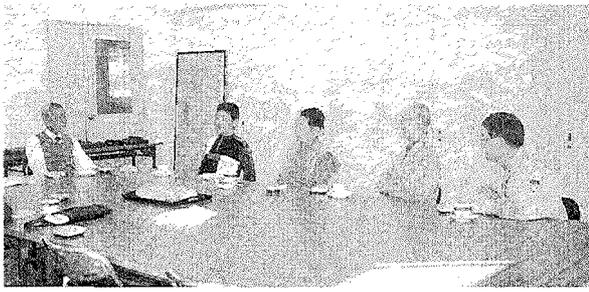
藤信 入会する前は東洋工業に勤めていました。会社ではボイラー、冷凍機などの燃料の供給の仕事をしていました。定年後、土手さんに誘われて入会しました。最初の仕事は役場の当直。のち、襖、障子貼りの講習会に参加し、そのあと角川さんに「やってみないか」と誘われて始めてから三年になります。襖は時折やりますが、むずかしいですね。でも、みんなで賑やかにやっているのが楽しいです。要望としては、作業場と会議室が隣あわせになっているので、分離したらと思います。

司会 いまの作業場はもとと会議室。要望はもっともですが、建物の関係上

出来かねます。ご理解を。

角川 障子専門でやっています。シルバーには高能協の時から入会していますが、講習会に二回参加し、そのあとで「やってみないか」と言われ、藤信さんを誘って本格的にやり始めました。障子は、張り替えて運ぶ時に特別に気を使います。物に当たって紙が破れる

ことがあります。障子張りは、年齢に応じて楽しくやれるし、注文主が「家が明るくなって嬉しい」と喜んでくれるのがいちばん嬉しいんです。



前浜 最初は造船の仕事をしていた。定年後はバイトをしてい

ましたが、年金が減らされるので嫌になりシルバーに入りました。襖張りをやってみようかというので始めて三年くらいになり、やっ

と出来るようになりました。

### 講習会をやってもらうと役に立つ

司会 技能講習会を始めて数年になります。今年度は一月の土、日曜日を使う予定ですが、書道の額の裏打ちをしてもらえないかという声も出ています。表装の仕事とは思っていませんが、

角川 講習会をやってもらうと役に立ちます。自分がやっている仕方に我流があり、講師の先生の話や実技を見て「なるほど」と思うことがあります。川尻 あるある。

藤信 どんなふうにするのか、聞いてみるのもよいと思うが。山佐 講習会に参加したのは、自分の家の障子や襖のことを考えてという人もいました。

### 障子や襖に穴のあいているのは手間がかかる

司会 最近、発注件数が多くなったので、日数多く働く人が増えていきますね。角川 昔は襖紙に水を塗ってやっていたが、障子や襖に穴があいているのは手間がかかります。

前浜 骨の折れたのもあり、これは、紙を全部はがないとわからない。知らないでやると、貼ったあと出っぱります。

川尻 昔は、畳は手縫いで、一枚六貫目くらいで軽かったが、今は九貫目くらいで重く、なかなか持てません。

角川 襖の裏にパフン紙のようなものが使われたがあるので、これは板戸と同じようにやることになる。

司会 そういふのは町宮の住宅や、自衛隊の官舎に多いようですね。角川 そういふのはいい。こういう襖の場合、板戸のように貼ってから角を切るようにしなければいけない。障子は持って行って、はめてよしですから。

司会 今までやったもので一番遠い所は。角川 沖美町の三高ですかね。川尻 柿ノ浦。大柿の高能協にはやる人がいないので受けました。

### きれいになったと喜んでもらえるのが嬉しい

司会 これまでで嬉しかった思い出は。角川 「きれいになったのう」と言われた時。

藤信 今まで汚れていたのがきれいになった時は喜んでもらえるが、汚れがひどくて、それをおとすのが大変です。山佐 障子、襖が新しくなると、家が明るくなりますね。角川 なる、なる。

前浜 襖は、元通りに組まないと合いませんね。川尻 持っていて入れてみたらまらなくて、削ってはめたことがあります。

角川 はめるのは前浜さんが上手ですよ。

山佐 大工道具は持って行っているの  
ですか。

角川 ええ。それに、いつもジャッキ  
は持って行っています。

藤信 天袋が蝶番でとめてあるのがあ  
りますね。これをはめるのが大変。ピ  
スの穴にはめたつもりが、そうでない  
時があつてはめにくい。

川尻 畳は天気によっても形が変わっ  
てくるし。

司会 まん中が下がるそうですね。と  
ころで、現場で仕事をするところがあ  
りますか。

川尻 最近、三軒行きました。そこは  
運搬がむずかしい所でした。

角川 襖、障子はお寺だけです。

藤信 現場で出来るのがいちばんいい  
ですね。

角川 障子の張り替えでは、前の紙が  
はげないことがあります。アイロンを  
かけて貼つてあるので、水でははげな  
い。アイロンをかけるとはげます。そ  
れがやっと分かってきました。

司会 広  
島市では

こういう  
仕事は年

末や年度  
末が多い

といわれ  
ています

が、江田  
島では、

年中大体



同じですね。  
角川 七月は多かったです。盆に関係  
があるのでしょうね。

司会 島の場合、年中人の異動がある  
ので、特定の時期に集中することがな  
いようですね。ところで、転勤の場合、  
掃除などと合わせて畳、障子などの注  
文がありますか、先に何をしますか。

川尻 掃除を先にやったほうがいい。  
前浜 最初、板戸の貼り替えで失敗し  
ました。その方法を習っていなかった  
から。

角川 最近、アルミ枠の障子があり  
ますね。

山佐 流行ですかね。

前浜 木が無いのではないですか。

司会 近くで畳をしているのは米子の  
シルバードだけ。注文の数が多くなつた  
時は研究室を使つてもらつています。

これからは、統合された学校を借りる  
ことも考えたらと思つています。それ  
以外に何か。

角川 襖、障子は大体道具が揃つてい  
る。技術を習つてよかつたと思つてい  
ます。

川尻 畳を入れる時、襖にぶつつけて  
傷つけたことがあつた。たまたま、襖  
の職人さんがいて、きれいに直してく  
れました。こういう技術は学べたらいい  
なと思つた。

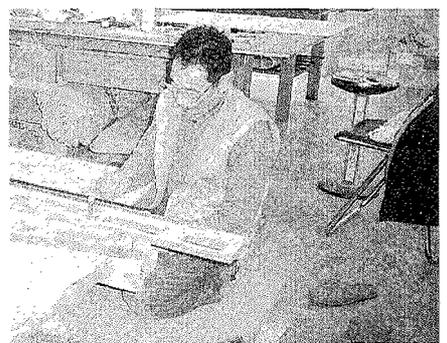
山佐 畳のふちは

川尻 今まで、その家で使つていたも  
のを使うようにしています。

前浜 襖の上下を反対にして貼つたこ

とがあり、やり直しましたが。  
山佐 講習を受けたことによつて、本  
当によくになりましたね。

川尻 講  
習会の先  
生は、同  
じ人より  
も変わっ  
た方がよ  
いと思つ  
ていろいろ  
なやり方  
が学べる  
から。



### 事務局だより

#### 技能講習会の開催について

平成十三年度後期の技能講習会をつ  
ぎのとおり予定しています。  
日時等が確定しましたら、会員のみ  
なさんにお知らせします。多数の受講  
をお待ちしています。

講習名	日程
障子・襖張り	1月26・27日
植木剪定	2月中旬
ハウスクリーニング	2月下旬
料	1月下旬
理	2月下旬
介	2月中旬
護	

角川 障子の古いのはスイババがたつ  
ことがある。

川尻 畳のワラで指を刺すことがある。  
下谷 どうして

川尻 ワラを斜めに切つているので先  
がとがっているから。

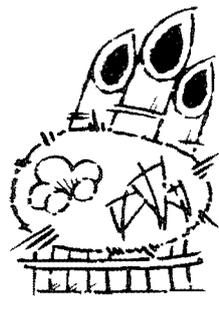
角川 障子などで端を切る時、あやまっ  
て指を切ることがあります。

司会 そういふところはお互いに気を  
つけなければ。怪我のない安全就業に  
心掛けて下さい。  
今日はどうもありがとうございます。

#### 「中期事業計画」を策定

センターでは、二十一世紀の高齢化  
社会に「活力ある高齢化組織」として  
機能する魅力あるシルバ－人材センター  
として発展するため、このたび「中期  
事業計画」を策定しました。

会員のみなさんには、二月に予定さ  
れる地域懇談会において、この「中期  
事業計画」を話し合い資料として活用  
させていただきますので、懇談会には  
必ずご参加下さい。





### 第14回ねんりんピックに裏方として参加して

園内のシルバーコーナーテントに出ました。中央公園は祭を盛り上げる為に設けられた会場である。ステージ、食堂、ペットコーナーもある。シルバーのテントは十張りあり、一日だけのセンターや、当センターの様に三日間出ばった処もあった。県シ連事務局は毎日控えていた。

我がセンターは、会員のオリジナル作品と竹炭製品を出し、親と子の体験コーナーをセットした。竹トンボ、鳩笛の作製の作業台を六台用意した。遠巻きに体験コーナーを見ていた人達が、

一組でも作り始めると作業台が一ぱいになり、列が出来る程の盛況であった。従って昼食は交替で食べた。

他のシルバーセンターでは吉田町の石焼イモ、結構売れていた。大竹市はうどんで、これが人気で、券を買うのに行列が出来ていた。二日目に出席した廿日市市はドラム缶で造った蒸気機関車風の窯でイモを焼いていた。それにケン玉を出していた。

盛り上げる手段として、各地区とも独自のものを用意した事が伺われる。此の様な大きな事業、催物に参加する

平成十三年十月七・八・九日の三日

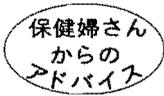
間広島市を中心に県下の各市町村で開催された「健康福祉祭広島大会」に参加するまでは恥しながら過去十三回も開催された事を知らなかった。この様な次第で、開催場所や種目もなまかじりで行き当りばったりの感があった。

六日の開会式は元広島カープ選手の衣笠祥雄さんがトーチを運ぶ事から始まっている。

私達は七日から参加したし、会場が主会場から離れていたもので、この事は新聞、ラジオ・テレビ等で知った。

イベントは一、大会開会式、二、ふれあい交流フェア、三、さわやか健康フェスティバル、四、国際シンポジウム、五、ファッションショー、六、音楽展、七、大会閉会式と多彩である。

私達広島県シ連に加盟の各地区シルバー人材センターは、割り当てられた広島城の西側に位置する基町の中央公



### 高齢者の健康管理シリーズ14

#### 柑皮症について

ミカンのおいしい季節になりました。ミカンをたくさん食べると、肌が黄色くなり、手のひらや足の裏、汗までが黄色くなる場合があります。これは、「柑皮症」といって黄疸ではありません。ミカンには、カロチンという黄色い色素が含まれており、食べ過ぎによって皮膚が黄色くなるのは、この色素が体の中に回っただけのことです。別に病気ではありません。

これに対して、黄疸は肝臓や胆道の病気によるものです。体が抜けるようにだるい、熱がでる、右上腹部に強い痛みがあるなど、何らかの症状を伴うのが普通です。

両者を区別する方法ですが、黄疸では目をよく見ると白目が黄色く、尿は泡まで黄色なのが特徴です。ミカンによるものは、白目は白いまま、尿の泡も白いので、簡単に見分けが付きまます。ミカンに含まれているカロチンは害がないばかりか、体内でビタミンAに変えられます。また、ミカンの皮を乾燥させたものは陳皮といわれ、健胃剤として用いられるほか、吐き気を抑え、咳を鎮め、痰を切る効果があります。

ミカン類は各種のビタミンを豊富に含み、特にビタミンCが多いので、冬のビタミン源としてもお勧めします。

機会はこれからも少ないので、事前に十分検討して準備しなければいけないと思つた。

最終日は午後から雨足が早くなり、片付けに大慌てであった。それにしても、六日のセレモニーを皮切りにオープンした祭りが、最終日を除いて好天に恵まれて閉幕した事は幸いであつたと思ひながら稿を閉じます。

(M・K記)

### 編集後記

久しぶりの編集後記、何を書こうかと迷いました。

毎号、広報委員の皆さんが、それぞれ分担して記事を書いてくださるので、編集者は大助かりです。

「支える仲間」、みなさんの仕事ぶりをどんどん紹介したいと思ひます。「こんな仕事がある。ぜひ紹介して」と事務局に一報くださればとんで行きます。ぜひ一報を。

今回は朝の出動前、草刈機の刃を研いでいる姿を載せました。仕事第一の姿を垣間見たと思います。

