

第 37 号

平成23年1月1日

〈発行〉
 (社)江田島市シルバ－
 人材センター

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

シルバ－
江田島

江田島市シルバ－人材センター互助会宮知親睦旅行 平成22年11月24日

俺も龍馬になつたぜよ

岩崎弥太郎の生家を見学する。

一代で世界に冠たる大企業を築いた男の生家は、広い田園のど真中にありました。岩崎家の家訓や母美和の言葉等を紹介した資料も展示されていました。

阪神タイガースの安芸キャンプ地を車窓から見ながら、本日の宿「高知三翠園」に五時頃到着し、旅装を解き、さっそく大浴場へ向かいました。

二日目、ホテルを八時三十分に出発、土佐龍馬であい博のメイン会場は、JR高知駅前前の広場を利用して、色々なコーナーと観光施設が出ていました。

坂本龍馬を育んだ土佐、その土佐から江戸・京都・長崎と激動の人生、そして、海を愛したロマンあふれる内容を実感しました。月の名所桂浜には午前十時着、約一時間散策する。ここが最後の観光場所、十一時頃出発、途中昼食をとり帰路に着く。後はひたすら走るだけ、帰りは行きと違ってしまなみ海道を通る。

江田島に着いたのは午後六時頃、予定よりも一時間早く着いた。今回の旅行の総行程は、約八五〇kmぐらい。

運転手高沖さんの卓越したハンドリングと強い責任感で事故もなく無事に旅行が終わった事を感謝します。

午前七時バスで、江田島市シルバ－人材センターを出発、能美、大柿と市内を廻り参加する会員さんを順次乗せて最後は柿浦で一名乗せて総勢二十五名、早瀬大橋経由で本土に渡ったのが七時三十分頃でそこで今宮会長がユーモアある挨拶をして、楽しい旅の幕が上がりました。

クレアライン、広島高速一号を通り、東広島ICで山陽道に乗る。時間的にも早く小谷SAは通過し瀬戸大橋に入る。与島も通過し、紅葉に映える四国山脈を横断して午前中に南国市に着く。昼食等を済ませ、二時過ぎに三菱財閥の創始者である、



新年のごあいさつ
理事長 風呂井 侃

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様方にはご家族お揃いで新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。急速に高齢化が進展するなかにおいて、シルバー人材センターの役割は益々重要となっております。しかし、景気



新春のごあいさつ
江田島市長 田中 達美

新年明けましておめでとうございます。シルバー人材センター会員の皆様方におかれましては、新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

本年度は、市長就任から三年目を迎えますが、皆様方には、平素から市行政の推進に格段のご理解とご協力を賜り厚くお



年頭のご挨拶
江田島市議会議長 上田 正

新年あけましておめでとうございます。

社団法人江田島市シルバー人材センターの皆様におかれましては、ご家族おそろいで、清々しい新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。また、平素より、市議会の活動に對しましてご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

の低迷などにより就業先の減少や補助金の削減などセンターを取りまく環境は厳しい状況が続いています。こうした時こそセンターの原点に返り自主自立の精神で会員一人一人自ら就業開拓に心掛けていただきたいと思います。

また、安全な就業をしていただくため安全パトロールを行っていますが依然として就業中の傷害賠償事故が起きています。皆で事故防止について話し合い今年は無事故であることを念願しております。

礼申し上げます。

さて、全国的に高齢化が進む中、日本経済は景気や雇用情勢が悪化しており、明るい話題に乏しいのが現状であります。本市においても、急激に変化する社会情勢への対応がますます重要になってくるものと考えております。

こうした状況の中で、貴センターが、「自主・自立、協働・共助」の理念のもと積極的に堅実な運営を続けられていることにつきまして、平素から心強く感じています。

ます。

貴センターにおかれましては、行財政改革が進められる中で、高齢者の方々の健康で生きがいのある生活の実現や、地域社会の活力増進に大きく貢献していただけた。これもひとえにセンターの運営にあたってこられた役職員の皆様の創意工夫、日常のご努力はもとより、会員の皆様方の熱意あるお取り組みの成果と存じます。心より敬意を表し、感謝申し上げます。

さて、少子高齢化の進展や、人口の減

す。また、お客様から信頼されるためにも接遇・マナーはもとより、事前の見積りは必ず行いお客様が安心して注文いただけるよう、より一層のご協力をお願いします。

シルバー人材センターは法に定められた「高齢者の就業の機会を確保し」もって「高齢者の福祉の増進に寄与して」「福祉の受け手から社会の担い手」となることを理念としてこれからも取り組んでまいります。

るところであります。また、会員の皆様方の活動が地域を支える大きな活力となっており、今後益々その活躍が期待されるものであります。皆様方におかれましては、今後とも、豊富な経験と知識を存分に発揮していただき、地域社会を支えるシルバー人材センター会員として、また、地域におけるリーダーとして活躍されることを心からご期待申し上げます。

本市においても、活力のあるまちづくりのため、高齢者がいきいきと楽しく暮

少が問題視される中、シルバー人材センターの担う役割はますます高まるものと存じます。会員の皆様がお心身ともに健康な生活の実現を目指して、長い人生の間に培ってこられた豊かな知識や技能を地域社会の中で十分に発揮されますことは、これまでも増して重要なことであり、皆様の地域づくりへの参画があつてこそ、実りある社会が実現できるものと考えております。

市議会といたしまして、「すべての人が、たがいに支えあい、地域でいきい

センターの必要性が地域社会から認識され、市民の皆様から信頼され要望にこたへるべく、役職員一体となり事業拡大に努力して参りますので会員各位の一層のご協力をお願いいたしまして、末筆となりましたが、会員各位のご繁栄とご健勝を念願いたしまして新年のごあいさつといたします。

らせる環境づくりを目指し努力いたしますとともに、今後とも高齢者就業対策の充実を図るための施策に努めてまいりたいと考えております。

終わりに、会員の皆様方におかれましては、安全就業に心がけていただき、いつまでも現役で、また、ご壮健で活躍されることをご期待いたしますとともに、本年もより良い実りのある年となりますことを祈念申し上げます。新春のごあいさつとさせていただきます。

きと明るく暮らしていけるまちづくり」を目指し、高齢者の皆様をはじめ、様々な世代の市民の皆様が「このまちに生まれてよかった」と、心の底から思っているだけのような、まちづくりの実現に向けて一層の努力をいたす所存であります。

新年にあたり、江田島市シルバー人材センターのますますのご発展と会員の皆様方のご健勝を心より祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

五十二年ばかりのシルバーの歩み



十一月五日シルバーの事業に最初からたずさわってこられた山佐一男さんを訪ね、その歩みを聞きました。

「シルバーをたちあげたのは」と

聞くと山佐さんは「定年退職した後、にすることがなく身体をもちあまして、いる人が沢山いました。その人達に働く場所を考え、当時の二井町長、平木議長に話し、県の指導支援も受けて発足しました。最初は「高齢者能力開発協会」という名前で発足し、のちに「シルバー人材センター」に改組し今日に至っています。最初の事務局長は今亡き森修一さんでした。事務所を公民館の二階に置いて事業を始め、のちに「ふるさと交流館」の二階に移り、十年ほど前に小用峠に今の建物が出来るとそこに移り現在に至っています。」

「シルバーをたちあげてよかったと思われることは」と聞きますと「定年退職後も働く場所が出来てよかったと皆さんが言ってくれた事です。」との答え。

「楽しかったことは」とたずねると「術科学校のガイドです。切串の下野さんや土手さん達十一人がガイドになりました。ガイドになるには防衛庁の許可が要るので一定の講習

を受け許可を取りました。ガイドは土曜日と日曜日の二日で、ガイドの手当では観光案内の名目で町が出してくれました。

術科学校とは別に町当局や民間から頼まれた樹木の剪定、草刈りなどの仕事もシルバーの大きな仕事でした。時にはミカンの収穫や墓地の修理も頼まれたことがあります。先ほども言いましたが、当時の二井町長、平木議長さんが親身になってバックアップしてくださいました。

この十年の中で一番心を痛めたの

過去はなつかしい思い出

副理事長 豊島 喜登志

平成二年五月より事業団設立の準備として、時の助役でした坂本氏と岡田課長の努力によって、色々調査し、資料を集め、事業団の組織の定款等を作り上げ、事業主等よりアンケートを取り仕事のニーズを調べて会員の希望職種等を聞いて名簿に登録し準備を整える。

平成二年十月五日に事業団の設立総会を開き、会長、役員を決めて出発することになりました。

当時は、事業団の趣旨も浸透していません。老人会や区民会の会合に

事務局だより

剪定講習会開催のお知らせ

剪定の知識、技能のレベル向上を図るため、次のとおり講習会を開催します。既に剪定作業に従事しておられる方、新しくチャレンジして見たい方など多数ご参加を待っています。

一、日時

平成二十三年二月十四日(月)から十八日(金)までの五日間午前十時から午後四時まで

一、場所

シルバークラウドプラザ(江田島市江田島町中央一丁目十五番十五号)

一、講師

広島市佐伯区湯来町造園業 宮内 民生 先生

参加をご希望の方は、二月七日(月)までに、事務局(TEL0823-421521)へご連絡ください。

たが、ようやく慣れて現在に至っています。

振り返れば、色々ありました。今は懐かしい思い出となっています。

今後は、会員の皆さんと、話しあい一層の努力をして、懐かしい思い出を一つずつ積み上げていこうと思います。

貯水池の南側の 法面の作業はきつい



八月の初め、奥小路の貯水池の作業現場を訪ねました。

班長さんに作業の内容を聞くと「貯水池の南側もやるので五人から六人で四日ぐらいかかります。」との答え。続けて「今日は二人休んでいるので四人でやっています。貯水池の上の道や、その下の法面もやります。いい仕事があります。」と話してくれました。

貯水池の下の平地にある貯水槽のまわりの草も取るとのこと。相当な作業量です。貯水池に行く道の左側は急な斜面。その草も取りまわす。傾斜が急なので、底にすべり止めの

金具をうった靴を用意してあればと思います。

班長さんは「この現場は年に三回くらい刈りますが法面の作業がきついです。」と話してくれます。

私が訪ねた時は貯水池の下の平地の草刈り。二人であまり伸びていない草を安全を重視して、チップソーを装着した草刈り機で刈りとつていきます。刈り手は完全装備、防護帽をかぶり、胸まである前かけを掛けての作業でした。

八十名参加した

奉仕活動

十月十六日、恒例のシルバーのボランティア奉仕活動が行われました。参加者は市長さんを含め八十人でした。

九時に市役所前に集合。風呂井理事長が「三年前、美しい江田島に

しようとこの奉仕活動を始めました。

ミカンマラソンなど大きな行事が控

支える仲間



えているので、参加者に美しい江田島を見てもらおうとして始めた活動です。お互いに力を合わせ、道路のまわりをきれいにしましょう。

田中市長は「すごいしやすい季節になりました。奉仕活動で道路清掃が行われるので私も参加しました。今は個人と地域が一体となりそれになつていきます。皆が力を合わせてやれば美しい街になる。そのために力を出しましょう。」と挨拶。ついで久保田さんが参加者を三つの班に分け、Aグループは江南、Bグループは鹿川、Cグループは高田に行く道を往路三十分として作業にかかつて



くださいと指示、参加者はそれぞれの班に分かれて出発しました。

高田組は道の両側に分かれて行動開始、道路の端や側溝にはタバコ

の吸いがらが捨ててあります。それを拾い、道端の草を抜いて進みます。鹿川組も道路わきの草抜き、側溝のタバコの吸いがらを拾っていきます。

江南組は植え込みの標示が落ちていたのを掛ける。植え込みや道端の草を抜くなどしてパチンコ店の所まで進みます。取った草やゴミが五袋になるほどの作業でした。

集めたゴミや草は大きなビニール袋に入れて軽トラに乗せます。

十時過ぎに再び市役所前に集合、手袋とジュースを参加賞としてもらい爽やかな汗を出して解散しました。

仕分けが大変な

電話帳配布

今年もまた電話帳を配る時期が来ました。種類は三種類。それを個人や企業の希望に応じて仕分けします。この作業にはうんと時間がかかります。また配布してくれる人（ほとんどが昨年もやってくれた人）に頼み



ます。ほとんどの人が快く引き受けてくれました。

次は仕分けした電話帳とそれを入れるビニール袋を軽トラに積んで配布する人に配ります。この時、いなくなつた古い電話帳の回収も併せて行います。

「毎年毎年同じものが来る。新しいのは要らないのに。それよりも電話代を安くしてくれたほうがいいのに」

という声もしばしば聞きました。

回収した古い電話帳は個人ごとにまとめてくり、その上に回収者の名前と冊数を記入した用紙をはさんでもらいます。それはそこに記入された冊数に応じて配分金を払うためです。その用紙を責任者は事務所に届けます。間違いないようにと結構神経を使います。配布者宅に届け終えたらほっとします。

江田島まるごとフェアに 参加して

恒例の江田島まるごとフェア二〇一〇が、十一月七日能美運動公園で開催された。例年天候が悪く足元の悪い中での行事であるが今年も前日は大変良い天気でしたが当日の朝大雨となつたが、開催時刻頃には雨も上がり我らシルバーのメンバーも準備に取りかかりました、今年は、うどんとおでんと綿菓子を販売しました。うどんとおでんは好評で昼前

われら町を

には完売しました。綿菓子も最初は売れ行きが悪かったが徐々に子供の数も増え最後には例年以上売れていました。ステージでは、我らシルバーの仲間である能美町の今宮会員の美声による詩吟や江田島町と大柿町の山田・芦川会員の

らによる華麗なばち捌きの銭太鼓や能美・江田島各中学校の吹奏楽部による素晴らしい演奏など色々な催しものが次々と発表されました。最後に皆の待っていたビンゴゲームがあり、六百枚のビンゴカードも瞬く間に完売し、一等賞のテレビを、ゲットした人は、ビンゴカードを二十一



枚購入したそうです。閉会式後各出展者は急いで店じまいし、隣のブースの人たちとまた、来年の再会

を約束し帰りました。

シルバーは綿菓子で えびす顔

八月三日、「サマーフェスタ江田島」が第一術科学校内で開かれました。会場は旧生徒館前の練兵場。シルバーは会場の北側に店を出していました。

シルバーの出し物は綿菓子とカキ氷。参加は十三人、うち女性七人でした。綿菓子を買いに子ども達が来てくれましたが始めは機械の調子が悪くてうまく動きません。

「事前にためしたのに」と言いながら二井さん達は修理に大わらわ。

踊りの始まりを待つ人が徐々に増え、舞台の周りにシートを敷いて踊りの始まりを待つ人が増えてきます。暑さのせい



「カキ氷」がよく出ます。綿菓子の機械がうまく動かなかったのは電圧が低かったからだとい井さん。変圧器で電圧をあげるとうまく動くようになり、注文に応じられるようになりました。「これで一安心」と綿菓子組は張り切って菓子を作ります。注文するのはほとんど子ども、出来た菓子をなめながら去っていきます。カキ氷も綿菓子もよく売れ、仲間はえびす顔でした。



パッチワーク講習会と

エコクラフト籠作りに参加して

大柿支所 峯本恵美子

今回、シルバー人材センターが企画された行事に参加させていただきました。

パッチワーク講習会は小さな布を縫い合わせて大きな布にする。針仕事の好きな人にはとてもよいことです。これに続きエコクラフト籠作りに挑戦する。初心者には大変でした。いねいにひもを裁断しなくては組み合わせた時、上下がきれいに合わないのが苦労しました。初めての作品の出来あがりには我ながら自慢したいようでした。

いろいろと勉強の場所を提供して



江田島市シルバー人材センターにて



いただき参加者、会員一同感謝しています。また、先生方にはいねいに教えてくださり、ありがとうございました。

シルバー人材センターの役員の方々に、このような企画をこれからも計画してくださるようお願いしています。いくつになっても健康で皆さんと一緒に学びたいと思います。

綿菓子と「たきこみご飯」はよく売れた

十一月十四日、江田島青少年交流の家で「フェスティバル江田島」が開かれました。シルバーは綿菓子、うどん、たきこみご飯にふかし芋などを三張りのテントの下に机に並べていました。たきこみご飯を食べた人が「おいしい。今晚食べるのを買つていこう」と嬉しそうに話してくれます。

「うどんは二〇〇人以上の人が求めてくれました。こんな日によく売れたと思います。」とは加藤さんの弁。隣の売り場では看護護学校の生徒の松田さんがいてジュースを売っていました。「割によく出ます」とは彼女の弁。彼女がシルバーの会員であるとは全く知りませんでした。綿菓子売場の前に女の子が三人、作ってもらつておいしそうになっています。四人づれの高校生もなめています。「小さい時のことを思い出します。」と話していました。

「昨年は機械の調子が悪くて大変でしたが今年には調子よく出来ます。」とは二井さんの弁。

参加者は男女とも六人ずつ。みんな楽



しそくに動いていました。

竹細工出前指導

国立江田島青少年交流の家で八月十日呉市倉橋町の尾立小学校の児童（二年生から六年生）十数人を対象に竹トンボ作りの指導に出向きました。事前に指導に当たる会員三人が材料と見本としての竹トンボを児童に一本ずつ渡せるように準備をしました。

当日は交流の家の工作室を会場として会員が一人四人の児童を受け持ち小刀の使い方から竹の繊維の方向に向けて削ることなど竹細工の基本から指導しながら作業を始めました。過去にも高校生や中学生を指導しましたが高校生や中学生にも負けず尾立小学校の児童はどの子も手際よく



く小刀を使うので、都会の子ではなく田舎の子としてお父さんやお爺さんに教えてもらっているのだからと指導していた会員一同感心しました。子供たちは自分で作った竹トンボを庭に出てにぎやかに歓声を上げながら飛ばしましたがあまり飛ばない子は会員に削りなおしてもらっていました。指導した私たちは、竹トンボ・竹笛を子供たちと一緒に作り、高く飛んだ、よく鳴ったと子供たちが歓声を上げて喜ぶのを年寄りの心

の糧としてこれからも続けたいと考えています。
是非とも私も竹細工をしたいと希望される人は事務局まで申し出てください。皆で楽しくやりましょう。

出前で遊びを教えたら

フェスティバル江田島の竹細工会場には親子づれで来られる方が多く、

シルバ－の会員さんも来られ、子どもたちを思い出して竹トンボなどを作られていました。会員が参加し、子どもと接するのはよいことだと思います。私達が子どもの頃は男の子はみんなポケットに小刀を入れ、それでバチンコや紙鉄砲、コマなどを作って遊んだものです。田舎の子は小刀の使い方が上手だと聞いています。それは親が自分の子どもの頃の遊びを教えるからです。また、子どもの集まりに出かけて行って教えること

も考えたらいいいと思います。大柿支所では小学校に出かけ、子ども達に布ゾウリの作り方を教えたのにと。小学校や中学校の先生に話し、こういうとりくみを広げたらいいと思います。



保健師さんからのアドバイス

高齢者の健康管理シリーズ

31

いつまでも、元気で長生き！

本市では年々総人口が減少している一方で、高齢者の割合は増加し、国や県を上回って少子高齢化が急速に進んでいます。このように高齢化の進む中、市民の皆さんにとって、「いつまでも健康で、長生きしたい」というのは誰もが思う願いです。

●「健康」とはどんなものでしょうか？

人はそれぞれ、「孫が成人するまで元気でいたい」「日本中を旅行してみたい」などの夢や目標を持っています。そのような夢や目標を実現するために、少しでも健康でいることが大切です。健康とは、一人ひと

りの生活・人生の質を高めるために必要な資源ととらえることができます。

では、一人ひとりが求める「健康」とはどのようなものでしょうか？

単に「健康＝病気でない状態」と考えると、病気になると健康ではなくなってしまうことになります。

年齢を重ねるにつれ、健診で「血圧が高め」とか「糖尿の気がある」と言われた「胃潰瘍が見つかった」というように、全く異常がない人のほうが、むしろ少ないと思います。

しかし、病気の一つや二つあっても、他の皆さんと同じように、あるいはそれ以上に立派に活動されている

人はたくさんいます。「無病息災」から「一病息災」へと、健康の考え方が変わってきています。病気とうまく付き合っていくことが重要なのです。

たとえ病気になっても、周りからの支えや生きがいがあれば、充実した人生を送ることができます。

●人と関わるのが健康の秘訣

健康づくりには、人と人との関わりや、支え合いが欠かせません。健康状態がよくないと、ついつい外出が億劫になり、家の中に閉じこもりがちですが、このようなときにこそ、家族や仲間、そして地域全体で声をかけ合い、助け合い、支え合うことが大切です。

また、日頃から地域の活動に積極的に参加したり、人と会話をすることは、考え方を前向きにさせ、精神的

な健康を保つことにつながります。

●生きがいと健康は車の両輪

健康は生きがいの支え手です。逆に何か目標を持つて、生きがいのある生活を送ることは、健康にとって非常によいことです。「健康な体があるから、何かができる」とよく言われますが、「なにかをしているから、健康になれる」ともいうことも言えるのです。その意味では、生きがいと健康は車の両輪であると言えます。

「いつまでも健康で長生きしたい」この願いは、単に平均寿命を延ばすことよりも、年をとっても自立した生活ができる状態である健康寿命を延ばすことが必要であり、「地域の中での支え合い」と「生きがいづくり」が最も重要なキーワードです。

安全就業講習会

七月二十七日(火)に大柿老人センターで、広島県シルバー人材センター連合会の主任専門員である長谷川英文氏を講師に招き、講習会を開催しました。

題目は「シルバー事業における安全対策」で、約二時間、参加者は四十三名でした。

強く印象に残っている内容としては、
転落事故を防ぐ六力条

- 事故防止に対して一般的な心がけ
 - 1 絶対に不安全な行動・自己中心的な行動をしない
 - 2 危険を危険と感じる感受性を高める
 - 3 思いやりのある心を持ち、安全確保については妥協しない
 - 墜落・転落の事故防止の心がけ**
 - 4 事故防止は、「安全な通路と作業床の確保」にあり
 - 5 作業手順を理解し、守る(高所での手抜きは危険)
 - 6 作業を行う場所の周囲は、常に整理・整頓を行う
- 最後に残念でないこととしての安全帽装着の話がありました。

何故、保護帽を装着しないのですか

(重篤事故の装着率一二%、また、六カ月未満の装着率七六%)

保護帽の装着で重篤事故にならないケースがずいぶんあるようです。就業は、まず安全から始まりま。事故のないシルバー就業を目指しましょう。



竹炭パワー伝えて十年

江田島市内の竹を炭に加工している大柿町大原の竹炭工房「おおがき」が開設十周年を迎えた。荒廃した竹林が増えるなかで、炭を活用してカキ養殖にとりくむ業者が現れるなど注目を集めている。二十日に感謝祭を開き、炭を使った特産品の手作り体験コーナーなどを設ける。

施設は島内に多い竹を活用しようと、旧大柿町が二〇〇〇年に開設。縦四メートル、横二・六メートル、高さ一・三メートルの円形窯二基があり、炭を焼く前にいぶす燻煙窯も備える。今は市がシルバー人材センターに管理を委託、年間約一二トンの竹を炭に加工している。

環境への関心の高まりや炭の殺菌効果が見直され、活用法が広がっている。今年からカキのカゴ養殖に導入した。かなわ水産(大柿町)は「水質浄化作用を期待している」と実験を進める。消臭剤や土地改良剤の他アクセサリーなど特産品も開発されている。

市によると、市内の竹林は約二二〇ヘクタール。管理者が減り、荒廃した竹やぶが年々増えているという。工房の森合修さんは「竹やぶ再生を考えるきっかけにしてほしい」と呼びかけている。

—中国新聞(平成22年11月29日)より転載—

