
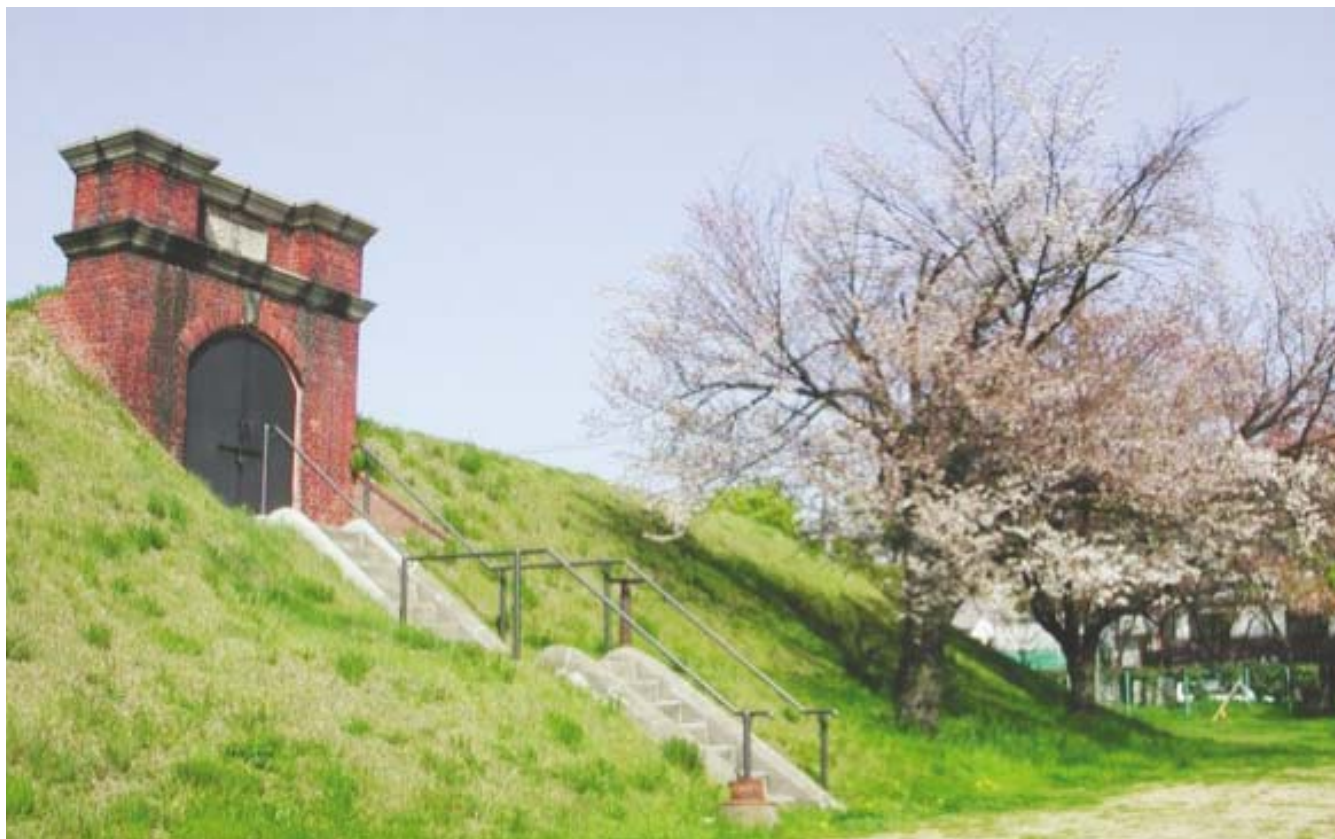


シルバー
さかい



春季号
2016年(平成28年)4月
第115号

(公社)堺市シルバー人材センター
〒593-8325 堺市西区鳳南町4丁444-1
(鳳保健文化センター3階)
TEL 072(260)0468
FAX 072(274)8801
<http://sakai-sjc.or.jp>



旧天王貯水池 (登録有形文化財)

旧天王貯水池は、明治43(1910)年に上水道配水池として煉瓦およびコンクリートで建設され、昭和37(1962)年まで、その役割を担ってきました。正面入口には「凱旋門」風のデザインが採用され、建物内部の貯水槽はアーチをもととした曲面天井のヴォールト架構になっています。そのデザイン性や施工技術の優秀さの面で価値が高く、堺の上水道の歴史を知るうえで貴重な建物です。(写真・文 堺市文化財課提供)



堺区中三国ヶ丘町
3丁78

行き方メモ
南海高野線
「堺東駅」
下車

目次			
平成27年度事故報告	2	荒山公園清掃ボランティアに参加	5
いろいろな交流活動	2	会員親睦旅行	5
ボランティア活動に積極的に参加しましょう	3	事務局からのお知らせ	6
門真市シルバー人材センターへの視察研修	4	職場紹介	6
フラダンス体験レッスン	4	会員交流活動の紹介	7
ほっこり女子	5	私の作品、頭の体操	8

平成27年度

事故報告

傷害事故状況

就業中	17人	男性
途中	4人	女性
計	21人	計
就業中	5人	男性
途中	4人	女性
計	9人	計
就業中	22人	男性
途中	8人	女性
計	30人	計

就業中においての22人中11人が転倒で骨折を負う状況であり、また途上においては、8人中6人が自転車での事故であり、中には頭を強打した方がおられます。自転車に乗る方は、ヘルメットを着用し自己防衛に努めてください。

賠償事故状況

就業中	16人	男性
途中	1人	女性
計	17人	計

賠償事故については、17件中12件が草刈り中に車両などに損傷を与えた事故であり、今後は石を飛ばさないカッターの使用と十分な対策をしてください。

※加齢を自覚し、気を引き締め
初心に返り 事故ゼロをめざし
就業しましょう

全国統一
スローガン

「見逃すな

ヒヤリで済んだ

あの経験」

会員交流活動一覧表

平成28年3月末現在

交流活動名	代表	電話番号	参加費など
町おこし探検隊	萩本 和伺 (北ブロック長)	080-3701-6266	200円(保険料) 交通費などは自己負担
配布班歩こう会	久保 操	236-7611	無 料 交通費などは自己負担
太 極 拳	センター事務局	260-0468	無 料 開催日(今後調整)

会員自主サークル活動一覧表

平成28年3月末現在

同好会名	会長又は世話人	連絡先	会費など	会員数
写 遊 会 (写真)	春井 昇	253-6835	年会費/4,000円 女性の方、初めての方、大歓迎	13
S・Sパソコン (パソコン)	小川 順一	090-2102-1981	半年毎に2,000円	24
史跡・野山を歩く会	杉田 潔	361-0950	入会金/1,000円 年会費/1,000円	50
ぶかぶか倶楽部 (ハーモニカ)	田島 勝男	080-3103-6166	3カ月毎に1,000円	25
フラダンサーズ (フラダンス)	岩本 幸子	362-1788	月会費/500円	10
雀 友 会 (麻雀)	南条 修二	285-2228	無 料 (競技参加費1,500円/回)	50
折り紙教室	小野 弘子	251-1209	無 料 折紙は自前	自由参加
楽 友 会 (ゴルフ)	松浦 文夫 5月以降 澤田 勇	235-6735 279-4368	年会費/1,000円 (競技参加費が必要)	60
虹 和 会 (旅行)	三島 一広	090-6373-6078	入会金/1,000円	60
川柳の会『梟』	伊藤 勝子	250-2124	第1日曜日 1回400円	13

いろいろな交流活動

会員それぞれが共通の趣味をもつて、集い、楽しく健康で生きがいのある生活を送りましょう。
新たにサークルの設立をお待ちしています。

ブロックにおけるボランティア活動

ブロック	活動内容	活動時期など
堺	堺市役所周辺の清掃活動	年3回
	大和川・石川クリーン作戦(河川敷の一斉清掃)	3月
中	泉北高速鉄道深井駅周辺の清掃活動	毎月第3土曜日
	中区民フェスタ会場の自転車整理と清掃活動	フェスタ開催日
東	小学校校庭の草引きと清掃活動(PTAと連携)	8月末
	南海高野線白鷺・初芝・萩原天神駅周辺の清掃活動	毎月第3月曜日
西	鳳保健文化センター 花壇の整備と花植え	4月・6月
	石津川流域一斉クリーン活動(地域と連携)	10月
南	荒山公園の花壇育成	随時
	荒山公園クリーングリーン運動(地域と連携)	1月第4土曜日
	泉ヶ丘・光明池間の道路清掃活動(地域と連携)	3・6・10・12月 第1土曜日
北	大阪中央環状線一斉清掃活動(地域と連携)	9月20日頃
	大和川・石川クリーン作戦(河川敷の一斉清掃)	3月
美原	美原総合福祉会館周辺の清掃活動(地域と連携)	年4回
	特別養護老人ホーム訪問活動	毎週土・日曜日

ボランティア活動に
積極的に参加しましょう

各ブロックでは会員相互の交流を広げるとともに、地域との相互理解を深め、協力関係を築いて地域社会の活性化に貢献するためにボランティア活動を実施しています。こうした地域班活動に積極的に参加し、会員の輪を広げましょう。

普及啓発活動

ブロック	活動内容	活動時期など
全市一斉	シルバー事業普及強化月間における駅頭啓発と周辺清掃活動	シルバーの日 (10月第3土曜日)
	堺ツーデーマーチ参加と清掃活動	6月
	各区民フェスタにおける啓発活動	フェスタ開催日

参加連絡先

堺ブロック長	倉橋満徳	223-8808	南ブロック長	熊野健一	298-8088
中ブロック長	佐々井信一	234-3661	北ブロック長	萩本和伺	080-3701-6266
東ブロック長	河野豊茂	286-5983	美原ブロック長	引沼進	361-8004
西ブロック長	藤原富之	261-5677			

福祉・家事援助 サービス総合研修

3月11日(金)堺市総合福祉会館において、福祉・家事援助サービス班に所属する会員の総合研修会を開催しました。参加した85名の会員はキヤップハンディ講習で、車椅子の介助体験や白杖を使った視覚障害体験をし、あらためて介助の大切さを学びました。



接遇研修

発注者や市民の信頼を高めるため、スーパリーや学校施設安全管理などに就業する会員を対象に、言葉遣いや態度など人との接し方をはじめ健康管理についての研修を実施して会員資質の向上を図っています。

平成28年度も継続して接遇研修を実施します。対象者には別途案内しますので必ず出席してください。



女性部会

門真市シルバー人材センターへの視察研修



2月25日 女性部会員総勢12人で門真市シルバー人材センターの女性部会（発足後5年）の活動状況を視察しました。

女性会員数が堺市シルバー人材センターに比べて1/3ですが、全員女性部会員です。1カ月に5回以上のボランティア活動、イベント活動を通じてセンターの普及啓発活動に努めているとのことですが、その数の多さと会員の方がたが楽しく参加されていることに驚きました。女性会員就業状況は、屋内外清掃38.5%、広報紙配布24.1%、訪問介護・家事支援15.9%ということでした。

まだ1年にもならない私たち女性部会には刺激的な報告でした。堺市シルバー人材センター女性部会としてはまだまだ前途多難、課題山積みです。今回の視察研修を参考にして一步一步前に進めるよう女性部会一同頑張りたいと思います。

女性部会 部会長 小野弘子

フラダンス体験レッスン

平成28年2月8日(月) 10:00~11:30
於 鳳保健文化センター3階会議室

女性会員の交流活動の一つとして、フラダンスの体験レッスンを開催しました。急な開催にもかかわらず、当日は15人の参加がありました。皆さん時間がたつのも忘れて、楽しく過ごすことができました。

今後の活動について、詳細が決まり次第、会員にお知らせしますので、楽しみにお待ちください。

女性部会 副部会長 岩本幸子



※女性部会に関して、
ご意見、ご質問は
事務局(担当 川島)まで



ほっこり女子



主菜: 鶏肉の幽庵焼き ゆう あん

柑橘の風味
で減塩♪



1月20日に西保健センター栄養指導室でシルバーいきいきクッキングの講習が行われた時の一品を紹介します。ゆずの酸味と風味で、調味料を控えめにしても美味しく仕上がります。



◆材 料(1人分)◆

- ・鶏もも肉…… 70g
- ・ししとう…… 2本
- ・ゆず果皮…… 少々

- つけ汁
- ・しょうゆ… 小さじ1強
 - ・みりん…… 大さじ1/2
 - ・ゆず果汁… 大さじ1/2
 - ・水…………… 大さじ1

【作り方】

1. 鶏もも肉は厚さが均等になるよう観音開きにする。ししとうは洗って竹串などで穴を1〜2箇所あける。ゆずは洗い、皮の黄色い部分だけをおろし器ですりおろし、果汁はしぼっておく。
2. つけ汁の材料を合わせ、鶏肉に軽くもみ込み、途中上下を返しながらか1時間程度つけておく。ししとうもつけておく。
3. フライパンを熱し、鶏肉とししとうを焼く。
※2のつけ汁の残りがあれば回しかけて照りよく焼き上げる。
4. 皿に盛り、ゆず果皮のすり下ろし少々をかける。



荒山公園清掃ボランティアに参加

「荒山公園クリーングリーン運動」に参加して3年目を迎えました。

今年は暖冬で梅の開花も早く1月中旬の下見の時は鹿児島紅など既に咲いていました。ところが1月20日頃から急に寒冷前線が南下して当日の1月24日は零下を下回り小雪がちらほら舞う寒い朝となりました。寒い日となりましたが54人も参加していただきました。おかげさまで今年も梅林を管理する堺市公園協会から清掃および駐車場などの仕事をいただきました。

南ブロックとしては、公園の美化活動に伴い、たくさんの方が気持ち良く公園を利用してもらえよう取り組みます。

(南ブロック長 熊野健一)



会員親睦旅行

紀伊半島ぐるり一周の旅

世界遺産「熊野古道」見学、「伊勢神宮」参拝、「紀州郷土料理」ご賞味の旅、日ごろの疲れを癒しましょう。多くの方の皆さんのご参加を募ります。

【実施日】 A班9月13日(火)・14日(水)
B班9月20日(火)・21日(水)

詳細は「シルバーさかい」夏季号の折り込みでお知らせします。

(会員親睦旅行実施世話人)

事務局からの
お知らせ

平成28年度

定時総会のお知らせ

開催日…平成28年6月7日(火)

開催場所…堺市産業振興センター

イベントホール

(南海高野線中百舌鳥駅下車北へすぐ)

*開催時間については後日配布する議案書で
確認してください。

平成28年度

センター会費の
納入について

平成28年度も引き続き会員として活動されるか否かの確認を兼ねて、4月中旬までに「振込用紙」を送付いたします。

年会費1,200円を4月末までに納入してください。

職場紹介

「運送班」

東・美原支部 鈴木 邦男

運送班の仕事は

- ① 各作業班の作業後の廃材回収と処分
 - ② 一般市民の小公園の清掃作業後の廃材回収と処分
 - ③ 作業用機材および用具類の搬入と引き取り
 - ④ 作業用消耗品の管理
 - ⑤ その他
- です。これを6人で分担して行っています。
- 東・美原支部には剪定、除草・清掃、暮し快適の各作業班があり、一般家庭、会社関係の剪定作業、庭園、休耕地などの除草作業、それに加えて美原区には公園、緑道などの除草、清掃作業があります。またそれ以外に地域住民の皆さまによる小公園の清掃作業があり、それぞれの作業によって排出される廃材(樹木、枝葉、雑草などの可燃物)を350kg積み車両にて回収、処分することが任務です。廃



材処分に当たっては、堺市の廃材処理分類基準に従って排出しなければなりません。分類には細則があり、主なものとして荷姿には袋詰め、結束、丸太結束、廃材バラ積みなどがあります。重量は一個体10kg以下、細かな枝葉は袋詰めが良いが袋詰めが困難な木枝は結束を行う。直径が5cm以下(長さは50cm以下)になる時は一般ゴミとして、5cmを超え25cm以下の場合は粗大ゴミ扱いとなりますが、いずれにしても可燃物であることが絶対条件です。25cmを超える物については基本的にシルバーの作業としては対象外です。し

かしやむを得ない場合は半分に分割するしかありません。仕事の順序としては作業担当者より回収依頼を受け、作業当日または翌日に回収を行い、焼却場(臨海と東区のクリーンセンター)に搬入し処分します。カン・ビン・ペットボトルなど不燃物の廃棄物はシルバーのセンターに持ち帰り一時保管し、ある程度まとまれば堺市の原池公園事務所に搬入します。これらが主な回収の任務ですが、それ以外にも除草作業用機材、清掃作業用の用具類の搬入と引き取りをし、またゴミの袋、混合油、ガソリンほか一部消耗品の在庫管理も行っています。誰にもクレームをつけない回収が望ましく思っています。しかし最近には特にクリーンセンターより廃材処理における分類基準の遵守の要望が強く、搬入時のチェックが厳しくなり、注意指導されることもあります。各作業員の方々も廃材をまとめる時には基準遵守の徹底をお願いします。例えば一個体の重量オーバー、太

さ・長さのオーバー、異物混入など、また回収時の過積載についても注意を受けています。判断基準が難しく袋詰め数量、人間の経験と勘、車両の荷台のしなり具合などで判断し、回収を行っています。積み残しなどが生じることもありますのでご理解をよろしくお願ひします。

我々がクリーンセンターから注意を受けることは将来的にも望ましくないと考えます。過積載はもとより安全第一、緊張感を持ち効率良く、他人には迷惑をかけるない作業を心掛けたく思っています。今後ともますますの協力をお願い致します。



会員交流活動の紹介

同好会 史蹟・野山と歩く会 美原ブロック 山口 幸一

第30回 旧家の白壁が連なる 歴史の町 じないまち 富田林を歩く

本会が発足して今年で10年目を迎え、今回記念すべき第30回を11月17日に開催しました。

午前10時に近鉄長野線喜志駅東口広場に集合し、杉田会長の挨拶と新入会者の紹介をした後2班に分かれて「美具久留御魂神社」へと歩きました。美具久留御魂神社は崇神天皇がこの地ゆかりの大国主命を祭ったのが始まりとされています。鳥居から百段の石段を登ったところに本殿があります。現在「大阪みどりの百選」に選ばれ静かで深い緑に包まれています。神社参拝の後次の目的地「お亀石古墳」へと足を進めていきました。お亀石古墳は細い山道を登ったところがあり、石棺が露出されていて



明日香の石舞台を小さくしたものです。お亀石古墳を降りた頃から雨がポツリポツリと降り出してきました。慌てて昼食場所の「じないまち交流館」へと向かいました。

じないまち交流館の大広間で昼食の後同好会発足10周年記念の紅白饅頭が配られました。
昼食後ガイドの山口さんから「じないまち」について約30分の講演がありました。「富田林寺内町」は1558年、69年頃、興正寺の門跡証秀上人が富田の荒芝地を銭百貫文で取得し、近くの4ヶ村の庄屋株各2人、計8人に興正寺別院の建立と畑屋敷、町割など

の建設を要請したのが始まりとされています。講演が終わった後2班に分かれてガイドさんの案内で白壁の町並みを歩きました。まず最初に興正寺別院へ行き、本堂にありがたげ様を拝し狩野派の絵師による襖絵を拝観して回りました。

興正寺別院を出て旧田中家住宅、田守家の土蔵、仲村家住宅などの白壁の家屋を見て回り、旧杉山家住宅に入りました。ここで山口さんおよびかわいい女性のガイドさんと別れました。旧杉山家住宅の受付の方の説明によると、杉山家は寺内町が形成された当初からの旧家と伝えられ江戸から明治の半ばまで造り酒屋として河内酒造業の肝煎役を務め、最盛期には使用人70人を数えたといわれています。現存する建物は1650年頃建てら



れた土間が最も古く座敷周りは赤味のある大阪壁、襖絵は狩野派の絵師による豪壮なもので南河内の往時の豊かさや文化を伝えるものとして昭和58年に国の重要文化財の指定を受けました。各部屋を回って往時をしのばせる旧杉山

楽友会(ゴルフ親睦会)

へのお誘い

中ブロック 松浦 文夫

桜咲く季節となり、ゴルフ場の芝も芽生えゴルフのシーズンを迎えました。

本会はゴルフのプレーを通じて、会員相互の親睦を図ることを目的として、堺市在住で60歳以上の方を対象に活動しています。入会は随時受けており会員の紹介または電話にて受付をしております。

先輩方の築いた楽友会は4月のコンペで、第80回を迎えることと成り、記念コンペを開催いたします。通常のコンペは、年4回開催しておりますので、多くの方の入会を歓迎しておりますが、4月以降の入会者につきましては、6月からの参加となります。

家住宅の文化財としての価値の高さを感じました。最後にここで杉田会長の閉会の挨拶があり無事に第30回の歩く会を終えることができました。昼ごろから雨が降りましたが「雨のじないまち」も一段と風情がありました。

— 楽友会の詳細 —

- ★年会費：1000円
- ★会員数：3月現在60数名
- ★コンペ：年4回(4月、6月、10月、12月)
- ★コンペ参加料金：3000円(プレー費は各自負担)
優勝カップ(持ち回り)+副賞、各賞、入賞者以外には参加賞があります。
- ★開催ゴルフ場：原則 光丘カントリー倶楽部
別途、自由参加でほかのゴルフ場で、年1~2回開催
- ★連絡先：松浦文夫(☎235-6735)
5月以降 澤田 勇(☎279-4368) 暫定



第47回
町おこし探検隊
からのお知らせ

緑の大仙公園を!

仁徳陵南側に位置する総合公園内には中央図書館、日本庭園、大芝生広場、堺市茶室、堺市都市緑化センターなどの施設があります。緑豊かな季節を満悦してください。

開催日 5月10日(火)

雨天中止

集合場所 三国ヶ丘駅
(仁徳陵側)

集合時間 午前10時

解散時間 午後2時30分ごろ

参加費 200円

持ち物 弁当、飲物、帽子など

申込締切 4月28日(木)必着

その他 歩き慣れた靴、動きやすい服装で参加してください

申込方法 官製はがきに「町おこし探検隊参加」と書いて所属ブロック、会員番号、氏名、住所、電話番号を記入のうえ、事務局まで申し込んでください

頭の体操

専ロック 八木 浩

問題 2016年のビックイイベントが多い。新年のニュースを先取りしよう。(〇〇〇〇に言葉を入れて下さい)

- ① 「一億総〇〇社会」を実現するために、安倍首相が掲げた目標
- ② 国が国民全員に12桁の番号を割りふる〇〇ナンバー制度が始まります。
- ③ 九州新幹線が開業、最も南の駅名は〇〇〇中央駅です。
- ④ 主要国首脳会議が三重県で開催。有名観光地名を取って〇〇〇〇サミットと呼ばれます。
- ⑤ 8月にオリンピックがあるのは、日本のほぼ反対側にある国〇〇〇〇〇の大都市リオデジャネイロです。
- ⑥ 祝日が一つ増える。8月11日が国民の祝日「〇の日」になります。これで法律で定められた休日は計16となりました。

私の作品



藤の花
東ブロック 佐藤俊治

山柳

中ブロック 香川 一實

おたっしやか

案じるつもりが 案じられ

※老ヘルパーさん

東ブロック 吉住 健次

十二ヶタメモした紙を忘れてる

短歌

東ブロック 下村 裕子

白塗りの化粧ほどこし

花嫁のごとくまぶしき 姫路城

締め切りは5月27日(金)。

はがきに解答、会員番号、氏名、住所、電話番号を明記のうえ、「シルバーさかい」編集担当まで。正解者多数の場合、抽選で10名に記念品をお送りします。

前号の正解

- | | | | |
|---|---|---|---|
| ① | エ | ⑥ | ウ |
| ② | イ | ⑦ | ケ |
| ③ | キ | ⑧ | カ |
| ④ | ク | ⑨ | ア |
| ⑤ | コ | ⑩ | オ |

応募総数57通、正解数55通
当選者10名に記念品をお送りしました。

原稿募集



書、写真、絵画、短歌、俳句、川柳、私の健康法、就業先での出来事、体験談、感想文など(400字程度)お寄せください。締め切りは5月27日(金)。「シルバーさかい」編集担当まで。なお原稿の返却は致しませんので、ご了承ください。

編集後記

☆長寿国の日本。百寿者(100歳以上)は、6万人を超え、平均寿命が男性80.50歳、女性86.83歳となっています。私は、今年80歳を迎え平均寿命に近づきますが、平均寿命は0歳の平均余命です。80歳の平均余命は男性8.79年、女性11.78年です。欲をいえば88.79歳まで健康長寿でありたいものです。ちなみに平成26年簡易生命表(厚生労働統計一覧から)によると、平均余命は65歳男性19.29年、女性24.18年、70歳男性15.48年、女性19.81年、75歳男性11.94年、女性15.60年です。☆高齢者が、毎日元気に過ごすためには、「きょういく」と「きょうよう」が必要であると言われています。「教育」と「教養」でなく「今日行く所があること」と「今日用事があること」とのことです。そのことを実感しています。

☆6年近くにわたり、事務局担当者として小紙の編集にご尽力いただいた辻 広一参事にご退職されました。彼の小紙に対する熱意と功績に会員とともども感謝申し上げます。ありがとうございました。春季号はセンター事業に精通した前事務局次長の加藤博司参事が担当されました。

(堅田康夫)