

# シルバー さかい



春季号  
2021年(令和3年)4月  
第135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  
TEL 072(260)0468  
FAX 072(274)8801  
<http://sakai-sjc.or.jp>



## 市の花「ハナショウブ」と市民の木「柳」

春を迎えて草花の華やいだ世界が、私たちを和ませてくれます。

堺市は、1989年4月に市制100周年を記念して市の花「ハナショウブ」、市の花木「ツツジ」、そして市の鳥「モズ」を定めています。また、1966年11月3日には緑豊かなまちづくりを推進するため、市民の木を「柳」としました。これらはいずれも市民の投票をもとに定めたとしています。(10ページにつづく)

### 目 次

事務局からのお知らせ	2	ハナショウブと柳	10
おっと危ない“ヒヤリハット”	3	私の健康法、虹和会	11
委員会だより	4~5	私の作品	11
分室だより	6~7	頭の体操	12
安全パトロール専門員です	8~9		

# 事務局からのお知らせ

## センター年度会費納入について

令和3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「会費納入通知書」を送付致します。年会費1,200円を4月末までに納入してください。なお「会費納入通知書」の裏面に記載のコンビニエンスストアのみでの取り扱いとなります。

郵便局では年度会費を払い込むことができませんのでご注意ください。

## 定時総会のお知らせ

開催日 6月11日(金)  
 開催場所 堺市総合福祉社会館6階ホール  
 (南海高野線堺東駅下車700m)  
 ※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。

## 各種研修のお知らせ

### 新入会員研修実施予定

職域名	実施予定月
植木剪定（本部、堺・北分室、中・南分室管轄）	随時
植木剪定（東・美原分室管轄）	10月・2月
除草（本部、堺・北分室、中・南分室管轄）	5月・9月・1月
除草（東・美原分室管轄）	4月・2月
福祉・家事援助	偶数月
筆耕	5月・10月

### 技能研修実施予定

職域名	実施予定月
植木剪定技能研修（B・Cランク）	3月
植木剪定手元研修（各分室管轄）	随時

### 接遇・安全就業研修実施予定

研修名	実施予定月
接遇研修（各職域班）	随時
安全就業研修（各職域班）	随時
自転車安全運転講習	3月

### 総合研修実施予定

研修名	実施予定月
家事援助総合研修	2月

### 地域委員研修実施予定

研修名	実施予定月
地域委員研修	未定

## 健康チェックを励行しましょう！

新型コロナウイルス感染症に引き続き気をつけましょう。

- ・検温の励行、風邪の症状や体温が37.5度以上（朝、夜）ないか？
- ・強いだるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がないか？
- もしこんな症状などがあったら医療機関を受診し指示に従ってください。
- また、本部事務局（072-260-0468）にもご報告ください。
- このほか、熱中症や諸症状の防止のためにも日頃から健康にご留意ください。

# おつと危ない“ヒヤリハット”

## —いろいろな危険が待っています—

シルバーの仕事に励んでいる皆さん、元気に活動されておられることでしょう。しかし、どんな時も事故には気をつけなくてはいけません。シルバーの仕事中にもいろんな事故が起こっているようです。

本部事務局保険担当の吉村課長補佐にお聞きしました。特に心に残ったいくつかを紹介します。

### 自転車での事故 就業途上の事故はとても多い

#### ◆ヘルメットをかぶる◆

事故に備えて安全のためヘルメットをかぶりましょう。

#### ◆ブレーキに指をかける◆

運転中にハンドルを持つ手をいつでもブレーキが掛けられるようにしましょう。とっさのブレーキで事故が回避できます。

#### ◆カーブは要注意◆

カーブでは遠心力が加わります。大回りになつて危険です。カーブではスピードを落としましょう。

#### ◆段差は直角に渡る◆

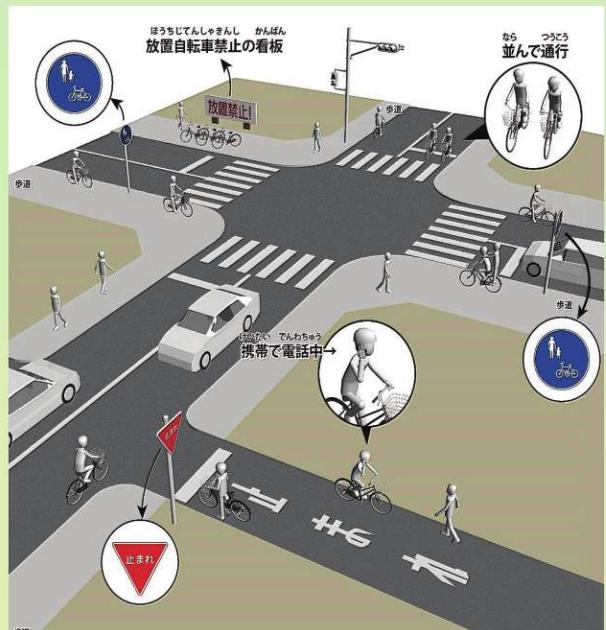
段差を斜めに渡ると転倒することがあります。

#### ◆ハンドルはしっかりと持つ◆

走行中に車両が横を通ると風圧を受けて車体がぐらつくことがあります。片手運転は事故のもとです。

#### ◆自転車は軽車両です◆

自転車事故では加害者になることもあります。他者に被害を与えないようにいつも気をつけて運転し、また任意保険にも加入しましょう。



自転車マナークイズ（134号掲載）



### 植木剪定での事故

植木剪定でも多くの事故があります

#### ◆ヘルメット・安全ベルトを忘れずに◆

自分自身を守るために基本です。面倒でもがんばってきちんとつけましょう。

#### ◆下りるときが大切◆

脚立などに上るときは気をつけるものです。でも下りるときも大事です。両足が地面に着くまでは気を抜かないで。

# 委員会だより

## 総務委員会



- 令和2年度、当委員会では主に専門部会である女性いきいき推進会議において、女性限定の新入会説明会を2回開催し、計23人の方が参加され、その内14人が新たに入会されました。
- また、同推進会議にてポスターを作成すべく、部会員が自らモデルとなり撮影を行い春には完成する予定であります。今後有効な活用方法などを検討していきます。

河野豊茂委員長  
プロフィール



さらに『シルバーさかい』冬季号においても掲載しておりますが、当センター独自のDVDが完成しましたので、引き続きその活用方法を検討し、普及啓発に努めています。

### ・メッセージ

現在、総務委員会として

1 シルバー事業の普及・啓発の推進

2 会員拡大の方策について

3 効果的な広報戦略について

4 会員の健康管理に対する意識の啓発について

5 女性いきいき推進会議の推進

などを鋭意推進すべく取り組んでいます。

## 事業委員会



- 令和2年度、当委員会ではまず職種別での接遇研修を実施する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大のため、やむなく中止致しました。3年度は、感染状況の推移を見ながら実施

できるようになりたいと思います。

次に、センター独自の新入会説明会用DVDを作成し、昨年12月から実際の説明会で活用しています。

また、ホームページによる新入会説明会（仮会員登録）を実施すべく方策を検討し、3年度中には実現できる予定です。

さらに、女性いきいき推進会議で作成したポスターを活用し会員拡充に向けた方策を引き続き検討していきます。



# 委員会だより

熊野健一 委員長  
プロフィール



- ・ 所属 南ブロック
  - ・ シルバーでの仕事
  - ・ 堺市役所市民税課、神社の清掃、学校園施設安全管理員、エレベーター監視員
  - ・ 趣味など
  - ・ 読書、パソコン、ゴルフ、グラウンドゴルフ
  - ・ メッセージ
- 読書、パソコン、ゴルフ、グラウンドゴルフ
- 趣味など
- 地域委員、ブロック長、理事を含めて14年やつてまいりました。事業委員会に所属して3年目の令和2年度から事業委員長を引き継ぎました。
- 新型コロナウイルス感染症の騒動に巻き込まれてお手上げ状態です。しかし組む大事な年ですが世界的な新型コロナウイルス感染症の騒動に巻き込まれてお手上げ状態です。しかし

- ・ 令和2年度、当委員会では主な行事として昨年度新型コロナウイルス感染症拡大の影響で中止となつた自転車安全運転講習会を再度実施する予定でありましたが警察の協力が得られず残念ながら今年度も中止となりました。
- ・ そこで、『シルバーさかい』冬季号において自転車事故および自転車運転のルール・マナーに関する記事を掲載致しました。
- ・ 引続き3年度こそ実施に向けて準備していきます。
- ・ また、安全就業における

ながらなんとかしてできることがあります。皆さんのが協力をお願い致します。コロナウイルスが暴れる恐れが予想されます。全員で防御したいと思います。



## 安全・適正就業委員会

順守事項を「強化月間」と位置付け、10月には「ヘルメット・安全帶着用強化月間」、2月には「自転車安払明細書に同封することで会員の安全意識の向上に努めました。

最後に、今年度は安全パトロールマニュアルを新たに作成し、それに基づき安全パトロール専門員によるパトロールを強化していく

- ・ 所属 美原ブロック
- ・ シルバーでの仕事
- ・ 公園管理業務

趣味など

野球、ゴルフ、史跡・野山を歩く会、酒（ビール）

- ・ メッセージ

安全・適正就業委員会としては、新型コロナウイルス感染症防止の不透明な中、事務局と今後話し合いの会を推進したいと思います。



引沼進委員長  
プロフィール



分

室だよ

い

## 堺・北分室

正統派が往く…

南海高野線「三国ヶ丘駅」について

昼食を取るため三国ヶ丘駅の改札前を横切るとき、「あれ、なにか変だな」と軽い違和感を覚えたが、カラッポの胃袋が悲しげな鳴き声をあげるので、それを満足させるべくオリエンピック競歩代表選手もかすむほどの速さで一目散に食堂へ。好タイムの代償と胃袋が悲しげな鳴き声をあげて食べる前から汗がだらだらの人間白糸の滝状態。おまけに店の好意でエアコンの温度は高めに設定されており背中に熱波が直噴ときた（温度を下げるかい！）と誰にも聞こえないよう毒づいている自分がちょっと悲しい）。お腹がいっぱいになつたら、人間つて余裕が出るものなのね。往きと違つて帰りは景色を見ながらぶらぶら歩き。そしてこの余裕がふたたび三国ヶ丘駅の改札前を通るとき、先前置きが長かつたので、濃い内容の話を期待された方に



昭和17年南海鉄道の高野線と山手線の乗換駅として開業。なお山手線は、旧阪和電気鉄道（現在のJR阪和線）。山手線つてなんか東京風で泉州っぽくないよね。

はちょっと残念。さて、南海高野線「三国ヶ丘駅」の「大起水産まぐろパーク」前の天井に、南海電車とJRの「三国ヶ丘駅」名板が並んでいる。問題は三国ヶ丘のケ。なぜか南海が小文字のケ、JRが大文字のケとなっている。（これはいったいなんなん？）

昭和19年、山手線は戦時買収によって国有化され国鉄阪和線所属となり、国鉄と南海電気鉄道の駅に分かれることになる。この時以来、南海は「三国ヶ丘」、JRは「三国ヶ丘」が正式な駅名表記となつたそう。でも、もともとはどちらも同じ南海だったのに、なぜ異なつてしまつたのかね？

後発の国鉄が南海を意識し意気込んだのかな。このいきさつは王子製紙を超えたいと

いうことから、王子の前に大をつけて大王製紙名付けたといふ話をしていく。ちなみに周辺で三国ヶ丘と表記される地名や建物は小文字のケとなつています（分室のある堺市三国ヶ丘庁舎もしかしり）。奥ゆかしく、控えめな「ケの小さい（気の小さい）ではあります（なんぞ）」南海ガンバレと応援したくなるのは多分私だけ。

ということで、今回は日ごろお世話になつておる南海高野線「三国ヶ丘駅」について取り上げてみました。（でもな、利用客が多いのになんで準急以下しか止まれへ

## 中・南分室

困ったときの寄りど「る

中・南分室

とある秋の出来事

剪定作業前の写真を撮りに空家の現場へ事務所担当者が出かけて行きました。

小一時間後に戻ってきたときには黒いズボンが緑色に変化していました。大量のヒツツキムシがズボンについていました。悪戦苦闘しましたが、自分たちではどうにもならず家族にせつせと取つてもらいました（手間賃千円）。ヒツツキムシの取り方を誰か教えてください。

とある冬の出来事

通りがかりの市民の方が分室に駆け込んで「救急車呼んでください」

中・南分室のそばの交差点、中で座り込んでしまつたらしくある高齢者の方が体調不良になつたようで横断歩道の途中で座り込んでしまつたらしく。何とか歩道まで連れてきて事務所に助けを求めてこられました。すぐに119番に電話してその方は搬送されていました。

# 分室だよい



中・南分室前の交差点

また別の日、事務所の掃除をしてくれている会員さんから「どうしよう、灯油まかれ」と報告があり、焦つたもののよくよく聞いてみると交差点を左折右折したバイクがポリタンクを落として灯油をこぼしてそのまま去つて行つたらしい。交差点を見れば確かに液体がこぼれていてしかも臭い。

どうしたらしいのか119番に相談をしたら消防署の方が来られ、「灯油なので引火の心配は無いですが中和剤を撒いておきました」と迅速に処理をしていただきました。(きっと119番からはまたあの交差点やでと思われていておきました)

「中・南分室前の交差点」には、大きな池があり、野鳥が飛来しバードウォッチングが楽しめるほか、バーベキューサイトがある総合公園です。

「美原ふる里公園」は、日本時計と噴水があり、美原の歴史が楽しめる歴史公園です。

「大池公園」では、グランドゴルフなどが楽しめ、園内の会館には和室もあり、いろいろな活動に利用されています。

「さつき野公園」は、小川が流れ、小動物が見られる自然豊かな場所です。

これらの公園の面積は、約1万～2万3千平方メートルに及んでいます。

次に、日本最古の人工のため池である「狭山池」から流れる「西除川」と「東除川」は、

東・美原分室 清掃業務は、堺市からシルバーセンターが受託し、東・美原分室が担当しています。美原区内の公園などの数は、大小約65カ所あり、その一部を少し紹介します。

「舟渡池公園」には、大きな池があり、野鳥が飛来しバードウォッチングが楽しめるほか、バーベキューサイトがある総合公園です。

美原区内を南北に縦断し大和川に注いでいます。その河川敷に「花余部の道」「西除川緑道」「今井西除川緑道」「東除川緑道」があります。毎日犬の散歩やウォーキングをされる方が利用されています。

さらに、住宅開発などに伴う「街区公園」「ちびっこ公園」「広場」「公園予定地」など、さまざまな公園があります。

東除川緑道



東除川緑道

これらの公園の除草業務は、5年間3～4回、清掃業務は4年間6～8回行っています。これらの公園の除草・清掃

業務に携わる会員は、比較的大きな公園を担当する会員約15人からなる班が2班と、街区内公園などの担当で会員約5人からなる班が2班の計4班で約40人が就業しています。

会員は、自宅から自転車やバイクで各公園に午前7時ごろ集合し、点呼の後、ラジオ体操などで体をほぐします。雨の日を除き、カルマーやモア(芝刈り機)での機械刈りや手刈りした雑草を熊手や竹ぼうきで集め、袋詰めをし、午前中に作業を行います。

各班にはリーダーがおり、安全就業に努めるとともに、その日の状況と会員の体調などを考え、適時適切な休憩と水分補給などの指示をします。しかし、会員の平均年齢は74～75歳で、80歳に近い方もおられます。

それぞれの班のひと月の就業は10～15日くらいです。特に夏季の炎天下での就業はこたえますが、公園を利用された人から「いつもきれいにしてくれてありがとうございます」という声が、就業する会員の一言の励みになります。きょうも頑張つて

## 東・美原分室 「公園」をきれいに!

美原区内を南北に縦断し大和川に注いでいます。

その河川敷に「花余部の道」

「西除川緑道」「今井西除川

緑道」「東除川緑道」があり、

毎日犬の散歩やウォーキング

をされる方が利用されています。

会員は、自宅から自転車や

バイクで各公園に午前7時ごろ集合し、点呼の後、ラジオ体操などで体をほぐします。

雨の日を除き、カルマーやモ

ア(芝刈り機)での機械刈りや

手刈りした雑草を熊手や竹ぼ

うきで集め、袋詰めをし、午

前中に作業を行います。

各班にはリーダーがおり、

安全就業に努めるとともに、

その日の状況と会員の体調な

どを考え、適時適切な休憩と

水分補給などの指示をします。

しかし、会員の平均年齢は

74～75歳で、80歳に近い方も

おられます。

それぞれの班のひと月の就

業は10～15日くらいです。特

に夏季の炎天下での就業はこ

たえますが、公園を利用され

た人から「いつもきれいにし

てくれるありがとうございます」という声

が、就業する会員の一言の励

みになります。きょうも頑張つて

# ご安全に！

## 安全パトロール専門員です

大宮 和明  
濱口 弘和

ルの主旨を説明して立ち入りの許可を得ます。たまに「あれは誰だ」とにらまれること

安全パトロール専門員は2人です。週2回、主に転落や賠償事故が比較的多く発生している植木剪定班、そしてたまに除草班にも行きます。

発足以来約3年で190件ほど巡回し、最近は事故報告が減り成果が見えてきたと密かに思っていました。

葺きのブロック塀からの転落事故が発生しました。調査した結果、慣れによる油断が原因でした。

調査も職務の一つですが3日ほど無力感で落ち込みました。「注意一秒・怪我一生」です。人ごとではありません。脚立の固定の有無と作業姿勢、転落防止対策や道具類の危険な仮置きなどの点検項目を決めます。さらに損害賠償事故対策にも気を配り、養生の抜けは無いか点検します。到着後リーダーにあいさつ

施主さんが居られたらパトロールや固定ロープで対策を万全に実施して、当班から絶対に

が起りますので忘れないようになります。大半の班は事故など起こり得ないと感じていますが、経験豊富なリーダーに多く感じられるのは自信過剰感です。転落事故で骨折し入院など3回も経験し、「痛いのは分かっている」と語る猛者にも会いました。

こんな人に限り規則破りが多いようです。貴重な経験はぜひ安全就業に活用してほしいものです。安全パトロール専門員は安全就業基準にのつとり安全対策をしているかを会員に声掛けしながら確認します。省略や手抜きは指摘し是正をしてもらいます。

必ず行うのが事故報告書のコピーを手渡し討論方式で会話するように努めていることです。前述の転落事故事例も報告書で話し合いました。南北の会員は、安全手帳を活用して実施することを要請しています。会員の皆さんも植木剪定やほかの就業現場を見かけることがあります。お急ぎでなかつたら足を止めて見学してください。



安全パトロール専門員（右端）と就業中の会員

# 注意一秒・怪我一生！



足場が不安定 … 瓦の破損 落下の危険



足場が狭い … 落下の危険  
※脚立を使うなど工夫が必要だが脚立が倒れて乗用車を傷つける恐れがある



脚立の天板に乗るのは危険 …  
もっと大きい脚立を使うこと



歩み板が外れないように注意  
瓦の破損に注意



工具の刃先が車外にはみ出している …  
人にけがをさせる恐れがある



脚立の留め金をしていない …  
転倒の恐れがある

## ハナショウブと柳



名所江戸百景 「堀切の花菖蒲」

市の花「ハナショウブ」は6月ごろに咲く梅雨の時期を代表する花です。野生の野花菖蒲（ノハナショウブ）をもとに江戸時代を中心に数多くの品種が育成されたようで、歌川広重の浮世絵【左図】にも登場しています。

現在5千種以上の品種があるといわれるハナショウブは、品種の育成地により江戸系、伊勢系、肥後系の3タイプに大別されます。

表紙を飾ったハナショウブは白鷺公園の「小青空（こあおぞら）」という江戸系の品種です。ハナショウブは優美な花形としつとりした風情が魅力で、花言葉には「優しい心」「優雅」「心意気」「うれしい知らせ」のほか、「あなたを信じる」があります。

「うれしい知らせ」はアイリスの花言葉と同じで、「心意気」は端午の節句のときに飾られる花であることから付けられたよう



白鷺公園の柳

ところで、市民の木「柳」は市内の街路樹として古くから堺市民に親しまれてきたようです。もともと旧市内は地盤が低いところが多くだったので、水辺の木である柳があちこちに植えられていたそうで、堺区には柳之町東・西という町名もあります。また、ことわざに「柳の枝に雪折れはなし」があります。

「柳の枝はよくしなうので、雪が積もつても適当にふり落とし折れることがない。柔軟なものは堅強なものよりかえって重い意味で、柳を引用したことのたとえ」※

新型コロナウィルス感染症の終息を願いつつ、私たちは市民の木「柳」のようにしなやかに、そして市の花「ハナショウブ」の花言葉である「優しい心」で「互いを信じ」、「うれしい知らせ」を期待しながら、苦難を乗り越えようではありませんか。



大仙公園のツツジ

※『故事 ことわざの辞典』  
(小学館 1986・1) から

# 私の健康法



## 古希に目覚めた健康法

南ブロック 高岡 正和

古希を過ぎたころに軽度の脊柱管狭窄症を患い、古希とは“体がコキコキと悲鳴を上げる歳”と妙に納得。医師に「病状が進行したら手術が必要」と診断されました。同じ病で10年以上悩む友人から「対処療法で自力回復を図るべき」とアドバイスされ、骨格を支える筋力の強化を目指してウォーキングを始めました。



自宅から徒歩15分の「光明池緑地公園」は、外周約8キロの光明池を中心遊歩道やトイレが完備され、「大阪みどりの百選」にも選ばれた市民憩いの場所です。また池を跨ぐ光明池大橋では四季の移ろいが大パノラマ【写真】で楽しめます。

一万歩のノルマを課した2時間ほどとのウォーキングは昨年100日を超え、今年はそれ以上を目指します。腰部の鈍痛は続きますがウォーキングの翌朝は気分そう快でフットワークが良くなる気が致します。

## 私の作品



北ブロック 森井 忠



## 虹和会

令和2年7月の九州豪雨災害に対する  
救援金へのお礼とご報告

当クラブで救援金募金活動を実施したところ、多くの会員の皆さまからご賛同を賜り多数のご寄付が寄せられました。心温まるご支援をいただきましたことに厚くお礼申し上げます。ご寄付いただいた救援金については全額対策本部に送金致しました。被災地の一日も早い復興を心からお祈り申します。

—短歌—  
マスク付け潮風を搔き  
一万歩歩けばバラの花ふぶき浴ぶ  
西ブロック 上田 雅子

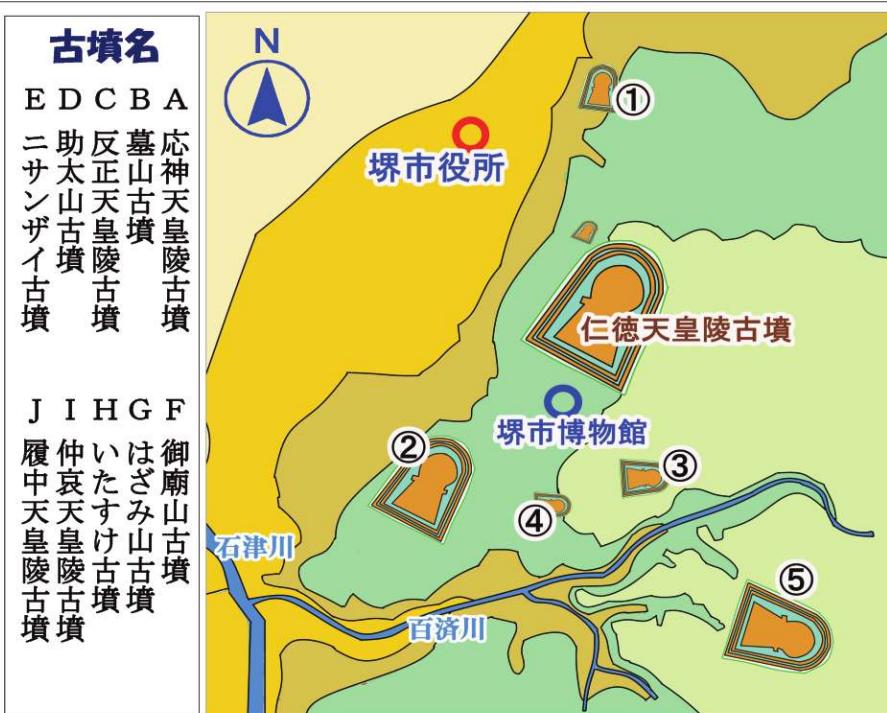
頭

の

体

操

世界文化遺産に登録された百舌鳥・古市古墳群のうち百舌鳥古墳群について地図中の①～⑤の古墳群の名称をA～Jの古墳名の中から選んでください。答は①||Kのようにお書きください。



締め切りは6月4日(金)必着。  
はがきに解答、会員番号、氏名、郵便番号、  
電話番号を明記の上、『シルバーさかい』  
に記念品をお送りします。

コロナ禍で、社会全体に自  
由ムードが漂い、何となく窮  
屈さを感じる日常が続いてい  
ます。ですが、ウイズコロナ  
の時こそ、一人気ままに過ご  
せるチャンスだと思い、好き  
な散歩に出かけては、四季折々  
の花や、風景の写真を撮り、  
楽しむ事ができた1年でした。

本誌1面のハナショウブの  
写真是、昨年6月、白鷺公園  
を散策した折、撮影したもの  
です。水辺に咲き誇るうす紫  
のハナショウブが、美しいだ  
けでなく、真っすぐな姿で凍  
結め切りは6月4日(金)必着。  
はがきに解答、会員番号、氏名、郵便番号、  
電話番号を明記の上、『シルバーさかい』  
に記念品をお送りします。

### 編集後記

応募総数97通、正解者2086  
通、抽選の結果、当選者2086  
人に記念品をお送りしました。

A || 3  
B || 3  
C || 6

前号の正解

### 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)を『シルバーさかい』編集部会までお寄せください。

採用された投稿者には記念品をお送りします。なお原稿の返却は致しませんのでご了承願います。

『もののはじまりなんでも堺』をテーマに、堺の歴史その他関連事項の掲載も3回目となりました。これからも、今まで知らなかつた堺が発見できるような楽しいページにしたいと思っています。

1年で一番心華やぐ春、ソーシャルディスタンスを保つつ、季節を楽しみ、心身ともにリフレッシュされてはいかがでしょうか。

(植尾 美小代)

