

# シルバー



# さかい

春季号

2023年(令和5年)4月  
第143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  
<https://www.sakai-sjc.or.jp>



### 三味線「もののはじまりみな堺」

14世紀の末に中国から琉球に伝わった「三弦」が「三線」となり、それが堺に伝わって、出来上がったのが「三味線」といわれています。

大坂・阿波・淡路を中心に人形浄瑠璃を支えた太棹の義太夫三味線、江戸に伝わり歌舞伎とともに伝承されてきた細棹の長唄三味線、明治初期に成立したといわれる津軽三味線。全国各地で民謡などの伝統芸能を支え続けてきました。  
(9ページに関連記事)

### 目次

事務局からのお知らせ …………… 2	お仕事紹介 …………… 8
委員会だより …………… 3~4	堺と三味線文化、私の健康法 …………… 9
西ブロック自転車安全運転講習会 …………… 4	ChatGPTの衝撃 …………… 10
みんなで楽しく、健康寿命をのばそう …………… 5	私の作品 …………… 11
分室だより …………… 6~8	頭の体操 …………… 12

## 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5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」を送付いたします。年度会費1,200円を4月末までに納入してください。ただし、「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。郵便局では払い込むことができません。

なお、退会される場合は、退会届の提出が必要となりますので、センター事務局までご連絡をお願いいたします。

### 定時総会のお知らせ

開催日 6月9日(金)  
 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/大阪メトロ  
 御堂筋線 なかもず駅から約300m)

※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
植木剪定研修 (本部、各分室管轄)	随時
植木剪定手元作業研修	随時
除草研修 (本部、堺・北分室、中・南分室管轄)	随時
除草研修 (東・美原分室管轄)	5月・2月
福祉・家事援助研修	随時
筆耕研修	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ランク班員)	3月

#### 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 (ブロック別・職域別)	随時

#### 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

# 委員会だより

## 総務委員会

令和4年度、当委員会では左記の事を検討実施してまいりました。

○啓発ポスターの有効な活用  
および当センターDVDの効果的な活用の実施

ポスターはさまざまサイズに印刷できるので、大小のものを作成、またポケットティッシュ型を作成し家事援助サービスマン、職域班などで新規発注者に渡すなど有効に活用してまいります。併せて当センターDVDも活用してまいります。

○シルバーの日における啓発活動について

令和4年度もコロナ禍により駅頭での啓発活動は実施できなかつたが、今後啓発方法について検討してまいります。

○専門部会である女性いきいき推進会議において

- ・美容講座の実施
- ・他市シルバー女性会員との合同交流会の実施
- ・スマホ講習の実施

令和5年度も左記の事を総務委員会として、シルバー事業普及・啓発の推進に鋭意取り組んでまいります。

○会員拡大の方策について

○効果的な広報戦略について

○会員の健康管理に対する意識の啓発について

○女性いきいき推進会議の推進

## 事業委員会



令和4年度の委員会は、

- 第1回(7月21日)
- 第2回(9月15日)
- 第3回(10月20日)
- 第4回(12月15日)
- 第5回(3月16日)

と開催されました。2月は人数がそろわず中止となっております。

地域委員を対象に「スマホ講習」と学校安全管理員接遇

研修を会員を対象に計画しました。

「スマホ講習」は、

11月1日(南ブロック)

12月1日(西と北ブロック)

2月2日(東ブロック)

3月7日(美原ブロック)

に開催され、大阪商業大学「豊山ゼミ」の学生さん5人にサポートしていただいてLINEグループの作成とアスマイルの紹介が、にぎやかに楽しく行われました。

学校安全管理員の接遇研修は2、3月に開催し、コロナ禍で対象人数の把握に手間取りましたが約190人前後の会員が受講しました。

余談ですが、南ブロックではグラウンドゴルフの案内をLINEでしています。



## 安全・適正就業委員会

安全・適正就業委員会では令和元年から「自転車安全運転講習会」の開催を計画して

いましたが、コロナ禍のため集団行動が禁止され、活動できない状況が続きました。

令和4年になり、規制の一部緩和にともない、大阪府交通対策協議会主催の「自転車マナーアップ強化月間」に参加するとともに各ブロックごとに、各警察署に講師をお願いし「自転車安全運転講習会」を開催することができました。

- 東・美原ブロック(11月24日)
- 西ブロック(12月9日)
- 中・南ブロック(2月9日)
- 堺・北ブロック(3月29日)

令和5年度は、従来の考えを踏襲しつつ、会員の「安全意識」と「事故を減らすための意識」のますますの高揚を目指し引き続き活動します。

- (1)安全強化月間の設定
- (2)自転車安全運転講習会の開催
- (3)安全パトロールの実施
- (4)事故原因分析と対処法の検討
- (5)事故を減らすため3委員会および地域委員などの各グループとの連携

# 委員会だより

左の表は、年度別事故発生件数と賠償事故件数です。

全員で「事故ゼロ化」を目指しましょう



発生年度	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年
就業中の事故	24	17	18	19	22
途上の事故	11	12	11	11	7
合計	35	29	29	30	29
賠償事故	7	11	11	11	12

○平成30年度～令和3年度の数値は総会資料より転載

## 令和4年「自転車マナーアップ強化月間」



令和4年12月9日(金)午前10時15分の間、当センター会員11人および講師その他総数15人の参加で「西ブロック自転車安全運転講習会」が開催されました。時本幸治 安全・適正就業副委員長の開催あいさつの後、山本昭 西ブロック長の進行で開始しました。講師は、佐藤警部補(西堺警察 交通総務係)にお願いしました。



### 西ブロック 自転車安全運転講習会

#### 講習内容

- 1 自転車の法律(交通ルール)を守らない人が多く事故が多い  
○自転車は車両扱いとしての認識が薄い
- 2 自転車事故のケガでは、頭の打撲が多く、ヘルメット着用が義務付けされる(罰則無し)  
○令和5年春に改正される(ただし努力義務)
- 3 鳳高校では今年度より全生徒に、ヘルメット着用が義務化される
- 4 ヘルメットの着用をすることにより、事故の80%で死亡事故が防がれている
- 5 自転車乗車で一番の認識は「左側通行が基本」
- 6 将来、ヘルメット着用しない場合、保険金支払いの拒否もあり得るかもしれない
- 7 高齢者は若者の見本となつてほしい
- 8 よそ見、わき見、スマホの使用は危険行為。車の場合1秒で16・6m進み、2秒で約33m進む!
- 9 講習内容
- 10 講習内容
- 11 講習内容



小谷事業課長(本部)の閉会あいさつで終了しました。

# “みんなで楽しく、健康寿命をのぼそう”

## 化粧でフレイル予防と生活の質の維持・向上

資生堂  
いきいき美容教室

令和5年2月14日(火) 午後2～3時 堺・北分室 会議室

化粧は順番を考えることによる脳への刺激と、手指や腕、身体を動かすことによる筋トレになるそうです。また、顔を触ることで唾液の分泌を促すことにもなり、口腔ケアにもつながります。男性の方も、髭を剃る、髪をとかすなどの動きが運動になります。

身だしなみを整えることで、楽しい気分になり、自分に自信が持てるなど、気持ちの変化が起こるそうです。外出や友人と合う頻度が少なくなると、重度要介護になる確率が増加するという報告もあるのだとか。

令和5年度は、多くの方が参加できるよう企画中だそうです。募集のお知らせをお楽しみに。

説明のあとは、まず準備運動



メイクを落とし、スキンケアからスタート



20年先も続けられる化粧の方法を教えてくださいました



最後に講師の方も一緒に、笑顔でハイ！チーズ！



### 【参加者の声】

- ・美容教室とっても楽しかったです。幾つ年を重ねても、美への憧れはありますね～。永遠かなあ。身だしなみ、大切…なるほどネ。勉強になりました。人様に迷惑かけないよう一日でも多く健康寿命をのぼせるようガンバリまーす。
- ・お化粧が筋トレになるなど思ってもいませんでした。いろいろと教えていただき、良かったです。

女性いきいき推進会議の活動を編集部が取材しました。

分室だより

堺・北分室

救難訓練に参加しました

堺・北分室の精鋭(多分?) 4人が、堺市総合防災センターで救難訓練の体験に参加しました。堺市総合防災センター職員の皆さま、延べ4日間入替わり立ち代わりでやって来る、個性的な面々のご指導(監視) 本当にお疲れさまでした。



ところで、堺市と大阪市同じ町名が

堺市と大阪市の間を流れる大和川。地図でこの大和川沿いをたどっていると奇妙なことに気付きました。それは両岸に同じ地名が付いている場所があるということです。堺市の遠里小野町と大阪市の遠里小野、そして少し上流に目を向けると、ありました。堺市側が浅香山、大阪市側が浅香。大きな川で隔てられ、市も違っているのになぜか変です。

それではもう少し上流を確認してみました。ありました。瓜破、長吉川辺、若林、太田が両岸にあります。しかし柏原まで行くと同じ地名はなくなりません。不思議ですよ。そこで調べてみました。すると対岸同士で同じ地名があるのは大和川が原因であることがわかりました。実は柏原から下流の大和川は江戸中期までなかったのです。当時の大和川は全く別の場所を流れ、大阪城の近くで淀川に合流していたのですが、その流域にある現在の東大阪市付近は、毎年氾濫のため大きな被害を受けていました。

この東大阪市付近は、毎年氾濫のため大きな被害を受けていました。

これを解消するため元禄16(1703)年、幕府は最短距離で大阪湾に繋がる新たな川の建設を決定しました。これが現在の和川で、この新大和川はいくつかの村の真ん中を通過したため、川の左右に同じ地名が残ったというわけです。なるほどこれですつきりしましたね。

中・南分室

今回は、新しく中・南分室の業務に加わった会員の自己紹介です。

私のシルバー遍歴

私は百貨店、建設業、病院で勤めたあとシルバー人材センターに登録しました。ほとんど近く近くの学校の安全管理のお仕事をいただきました。わざと負けてあげる生徒さんとの下校時ジャンケン、突然校門に現れた大きな蛇との格闘、はいからさんが通る華やかな卒業式、そして就業最終日に先生方からいただいた立派な花束など楽しい3年間でした。



学校に咲いた梅

しかし残念ながら現在の堺市や松原市にあたる地域では、たびたび水害が発生することになりました。そして皮肉なことに堺は大和川が運んでくる土砂のため港が浅くなり、大型船が入港できなくなり南蛮貿易は次第に低調となっていきました。

その後オール・フリーになると痛感したのが世間との接点がなくなることでした。唯一のふれあいは病院の帰りに調剤薬局の薬剤師さんと健康

参考  
国土交通省ホームページ「大和川の歴史」、柏原市ホームページ「大和川の歴史」、大和川の歴史」

# 分室だより

談義することくらい。

何か自分の目標を見つけないといけない、といってゴルフなどのお金もない。そうだがカラオケに行こう。カラオケボックスは冷暖房完備で、ひとりカラオケなら半日居ても千円未満、楽器も弾ける。オーケストラをやっていた時の楽譜のストックもあるし。

それにしても最近のカラオケはすごい。驚異的なライブライリー数を有し音も良く正直な点数も出る。かなり真剣に歌わないと各曲の全国1位になれない。昔々の歌しか知らなかった私は、楽譜を図書館から借りてきたり、ブックオフで買ったり、借りてきたCDなどから採譜したりして、レパートリーを拡げていきま



シューマン交響曲第2番の表紙

き、夜はプロ野球中継で好きなチームを応援する(奥さん孝

行も忘れずに)。

しかしこんな質素だけれど心はリッチな日々は長く続きませんでした。コロナ蔓延で大阪のカラオケ店はすべてクローズ、だったら宣言の出ていない奈良へ行こう。

お金のかかる高速を使わな

い

た

ま

(杉山敏夫)

## 東・美原分室

美原の街並みが様変わり！

阪和自動車道の高架下に大阪府道36号泉大津美原線が東西に、国道309号線が南北にはしる美原区は自動車交通に便利な場所です。

その国道309号線の西側には美原区役所およびアルテベル(文化会館)、図書館があります。東側には新型コロナ

ワクチン集団接種会場となっている美原区役所別館およびターミナルがあります。

その別館の北側に大型ショッピングパーク「ららぽーと堺」が昨年11月に開業しました。

この「ららぽーと堺」には約220店舗が出店しており、のどかな田園風景が広がる美原の街並みが一変しました。



美原区役所屋上から「ららぽーと堺」を望む

## 分室だより

美原区内の道路には、「塚」のみならず「和泉、大阪、なりわ、神戸」ナンバー、土日にはそれに加え「奈良、京都、滋賀」ナンバーなどの車が右往左往しています。

平日の朝夕の道路は大渋滞、今まで20分ぐらいで通過できたのに1時間以上もかかるよ

うで、さらに土日も渋滞します。このショッピングパークには約3000台の駐車場があるように、開店そうそう満車となり入場するまでに何時間もかかり、退場する時も渋滞するようです。

また南海高野線初芝駅から美原区役所別館までのバス便、近鉄南大阪線松原駅から美原区役所前までのバス便を利用される人や、バイク、自転車、徒歩で買い物される人などがあるようです。

とにかく付近一帯が「車」の「人」でごった返し、夜にはこのショッピングパークや街灯が煌々として、今までにならぬ美原の街となっています。

さらに、309号線西側には、すでに開店していた商業施設に隣接して遊技場および屋内フィットネス施設などが

開業し、さらに街並みが変わりました。

この付近の住民は、「長年このあたりに住んできました。買物物は便利になりましたが道路は車でごったがえし、夜交っています。静かな街でしたが、まるで大阪の御堂筋、道頓堀にいるようです」と複雑な表情でぼつと漏らされました。

余談ですが、「ららぽーと堺」内の1階のスーパードから作業用として「赤色エプロン、名札、帽子」は支給しますが、紺・黒系統の「ストラップス、靴、ネクタイ」は自前で用意してください」と食料品を取り扱う「カート整理」の依頼がありました。

さあ大変！ 会員さん探しが始まりました。美原区のみならず東区、北区の会員さんに声掛けし、15人の会員さんが決まりシフト制就業となりました。

実務研修の後、慣れないネクタイ姿で額に汗し黙々と働くなげな姿は、「さすがシルバー会員！」と思えます。

## お仕事紹介

### 美原霊園の管理



そこで、このCさんを通して霊園管理の取材をしました。

仕事は

- ① お墓参りに来た人との対応
- ② 霊園の墓地以外の草引き
- ③ 古い花を集めたり、通路の溝の掃除
- ④ 休憩所を兼ねる管理棟やトイレの掃除など

霊園は墓石の集団です。特に夏、墓石は蓄熱しますので、お盆にお墓参りをする人がお墓の周りの草を取るのは大変な仕事になります。

とここで仕事をしながら感じることはお墓参りに来る人に悪い人はいないといふことです。悪い人に出会わない平和な場所です。

また時々、知り合いの人のお墓を探しに来ている人に会います。

最近ではコロナ禍のために、Aさんは午前中専門、Bさんは午後専門、Cさんは2人が就業しない午前と午後を受け持っています。つまり霊園の管理はいつも1人の管理人で対応しており、Cさんが1カ月を通して最も多くの就業になっているそうです。

(編集部会委員 岡田 数二)



# 堺と三味線文化

三味線は堺が発祥の地  
といわれています



現在では、市内において三味線発祥についての痕跡は見ることができません。

しかし、演奏者からは、「三味線演奏者や職人の育成や一般の人が触れる機会の創出が必要だ」との声が上がっています。

堺で生まれた三味線ですが、触れる機会がほとんどありません。文部科学省は伝統芸能を「能楽、文楽、歌舞伎などの日本の伝統的な演劇や音楽」と定義し、地域と学校の協力が重要であると強調しています。

しかし、伝統芸能を取り巻く環境は厳しく、楽器制作に必要な材料のほとんどを海外に依存し、またワシントン条約などの制約により、職人は厳しい経済状況におかれ、人数が減少しています。

これは、高度成長期に600もの工場が誘致された際に、堺が大きな環境変化を経験したためです。

その結果、新鮮な魚を扱う飲食店が少なくなり、「お座敷文化」もなくなりました。手軽な娯楽音楽が中心となり三味線文化の影響力が薄くなっています。

文化庁は、阿波踊りや京都の舞妓などの観光資源に関連する三味線文化の技術と職人の技を保護するため、無料の和楽器貸出制度を始めましたが、全ての高校や大学で利用できるわけではありません。

しかし、若い人たちがクラブや趣味の活動で使用できることは、良い傾向です。

「堺市の小学校や中学校で、三味線鑑賞の時間を設けることが望ましい」という意見もあります。

地域の音楽資源と結びついた三味線文化を再生し、育成することが求められています。

表紙とこの記事の写真提供  
音巡座講師 帰山かおる  
取材協力  
つるや楽器

# 私の健康法

歩いて健康で長生き

北ブロック 上野 邦雄

私は健康について、ある日突然に目覚めました。それは毎日の生活が朝、昼、夕と三食取って寝るだけではダメだということでした。ウォーキングとか軽いジョギングをすべきたと思えました。

私の住む地域には仁徳御陵や大泉緑地、大阪公立大学などがあり、そのような場所を取り込んだコースをいくつも作ることができます。そして用事の無い日は、そのコースのどれかをこなすことに決めました。



大泉緑地 散歩道

以来、休むことなく続けていますが雨の日はうっとうしくて、出かけるのが面倒になるので実行しています。

一方、出かけることで楽しいこともあります。道で人とすれ違ったときに交わすアイサツは、すがすがしいものです。また、仁徳御陵ではスタンプカードがあつて、スタンプを満杯にして記念の袋をもらったことがあります。

そのスタンプカードは現在休止していますが、早く再開してほしいものです。

さて、自分で決めた健康法ですが、歩いて帰宅すること健康で長生きできると思っています。

「ヤあ今日も出発しよう」

以前は社交ダンスもやっていました



# ChatGPT(チャットジーピーティ)の衝撃

## インターネットで最新のAIを使ってみる SSパソコン同好会

今までAIといえば、ゲーム(囲碁や将棋ソフト)を思い浮かべます、パソコンレベルの囲碁・将棋ソフトでもプロ棋士が負けたりしています。

昨年11月に、サンフランシスコの会社OpenAIがChatGPT(チャットジーピーティ)というWebサービス(インターネット上で、登録すれば誰でも利用できるサービス)を始めました。開始後、わずか5日間で登録者が100万人を超え世界に衝撃を与えました。

5カ月後の現在では登録者が1億人を超えているとのことです。

ChatGPTは、Chat(対話)でやり取りする文章生成AI(アーティフィカル インテリジェンス=人工知能)です。英語での対話が基本のようですが、日本語で対話しても自然な日本語で返答してくれます。

人間側の質問が適切であれば、その回答の精度も高くなります(もちろん100%ではありませんが)。

私たちは、AIを自然な対話(Chat)という形で、

体験することができるようになりました。

これは画期的なことです。

その用途は、翻訳の補助、計画立案の補助、ExcelなどのOfficeソフトの補助、プログラミングの補助、ホームページ作成の補助など多岐にわたります。

YouTubeでChatGPTを検索すれば、いろいろな利用方法の動画を見ることができます。

SSパソコン同好会では、2~3月に4回のChatGPTとDALL-Eの講習を行いました。

※DALL-E(ダリーと読む)は、ChatGPTと同じOpenAIが行っているWebサービスで、「文字列(ただし英語)から画像を生成する」AIです

講習会では、次の2項目を行いました。

①ChatGPTに季語を指定して俳句を5句生成させる

②ChatGPTに日本語の文字列を英訳させてそれをDALL-Eに入力して画像を生成させる

### 俳句を作る

#### ①ChatGPTへの質問

「日本語の俳句は、最初5文字、次7文字、最後5文字でなっている。どこかに季語という季節を表す言葉を入れることになっている。

春の季語の春眠(しゅんみん)、花の便り(はなのたより)、花曇り(はなぐもり)、陽炎(かげろう)のうち一つを入れて俳句を5句作ってください」

#### ChatGPTの回答

1. 春眠に 目覚めし野鳥の さえずりに
2. 花の便り 舞い散る桜の 薄紅葉
3. 花曇りに 見上げれば山並み 霞むなり
4. 春の陽炎 野草の香りに 混じる頃
5. 花曇りに 濃い青空に 春の風

同じ質問をしても、別の人があると別の回答が出ます。また、再度同じ質問をしても別の回答が出てきます。

### 絵を描く

#### ②ChatGPTへの質問

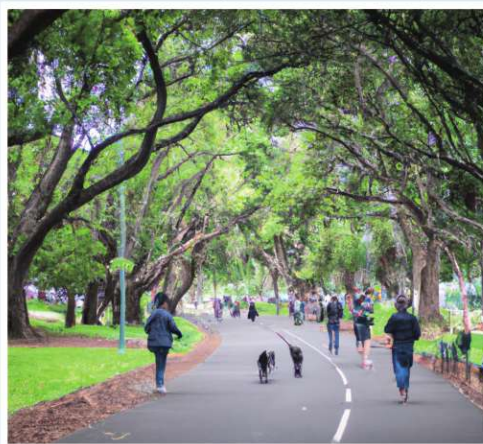
次の文字列を英語に翻訳してください。「都会、公園、木、犬を連れて散歩する人々」

#### ChatGPTの回答

"The people walking with their dogs in the city, park, and among the trees."

#### 英文をDALL-Eに入力し画像を生成させる

生成された画像(8枚のうちの1枚)



左の画像は写真ではありません。

AIがユーザーから与えられた文字列(テキスト)を基に、過去に学習した画像の要素を組み合わせて独自に作ったイラストのようなものです。したがって、現実には存在しない場所の風景です。

ChatGPTやDALL-Eが生成した俳句や画像の評価は、専門家に任せるしかありませんが、素人目にはかなりのものだと思います。ChatGPTが発表された後、雨後のタケノコのようにいろいろなAIが注目を集めています。

インターネットの検索では「ググる」という俗語があるくらいグーグルの一人勝ちでしたが、

マイクロソフトは、ホームページを閲覧するブラウザ(Edge)のBing検索にChatGPTを統合し、検索だけでなく対話形式でいろいろな質問をすることを可能にしました。

ついに、グーグルの天下は終わるか?

今後の展開に注目!

(SSパソコン同好会 小川順一)

# 私の作品



めじろ

堺ブロック 横井 義之

### 短歌

焼夷弾 おちては空を見逃げまどう

我が幼な日とウクライナ

西ブロック 上田 雅子

灯台の 光に似たり 父母の愛

わがゆく道を やさしく照らす

西ブロック 小西 加津美

### 俳句

寒ゆきて 庭先に咲く 梅の花

西ブロック 中屋敷 秀雄

新年を 祝いし後の どんどこかな

東ブロック 下村 裕子

### 川柳

遊ぶ子ら 寒さに耐えて 風光る

堺ブロック 西田 紀美代

異業種 仲間の活躍 目を見張る

北ブロック 金谷 勝

※短歌・俳句・川柳の投稿締切は5月12日です。



地藏菩薩  
西ブロック 塚本 武男

切り取り線

## 会員紹介カード

会員 No. \_\_\_\_\_

氏 名 \_\_\_\_\_

## 会員になりたい方を紹介してください!

当センターでは、前年度より会員紹介に関する報奨制度を設けています。

お知り合いの方やご近所の方に、ぜひ当センターへの入会をお勧めしてください。左記の「会員紹介カード」にあなたの会員番号と氏名を記入し、入会したい方にお渡しください。

受け取った方が、入会説明会か入会研修会に持参の上、入会された場合、事務局より粗品をお送りしています。

# 頭の体操

次の第1〜5問の答えを解答例からお答えください。問題はすべて今号(第143号)から出題しています。答えは第1問ⅡDのように解答例のアルファベットでお答えください。

第1問 各種研修の実施予定が3月の職域名は?  
解答例 A 筆耕研修 B 植木剪定技能研修  
C 地域委員研修

第2問 スマホ研修に取り組んだ委員会は?  
解答例 A 総務委員会 B 事業委員会  
C 安全・適正就業委員会

第3問 自転車事故で多いケガは?  
解答例 A 頭の打撲 B 胸の打撲  
C 足首の捻挫

第4問 「ららぽーと堺」内のスーパが作業用に支給するのは?  
解答例 A 青色エプロン B 黒色エプロン  
C 赤色エプロン

第5問 中国の「三弦」が琉球に伝わったのは?  
解答例 A 14世紀の始め B 14世紀の中頃  
C 14世紀の末

締め切りは6月2日(金)必着。  
はがきに解答、会員番号、氏名、郵便番号、住所、電話番号を明記の上、『シルバーさかい』編集部会(本社内)まで。正解者多数の場合、抽選で20人に記念品をお送りします。

## 前号の正解

第1問	Ⅱ	C
第2問	Ⅱ	B
第3問	Ⅱ	C
第4問	Ⅱ	A
第5問	Ⅱ	A

応募総数117通、正解者92通、抽選の結果、当選者20人に記念品をお送りしました。

## 編集後記

春が一步一步足を進めています。世の中のことに関わりなく自然は悠然としていますね。

先日、昼間の暖かい時間に買い物に出かけると、道で会うのは私と同年代の人ばかりでした。そこで思ったのは、老人となつてのんびりしている時期じゃないな、ということでした。老人力の時代に突入しているということ。幸い私たちは『シルバー』に参加していま

## 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(本社内)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。

自分のために、そして周りのために働いたり活動していくチャンスがあることを喜びたいと思いました。  
ところで編集部会は平均して月1〜2回集まって本誌の編集にあたっています。コロナ禍で記事が少ない時には、普段載せる余裕のなかった記事を組むこともできました。そんな時は皆で意見を出し合い、委員さんや事務局の職員さんとも相談したり各自取材に出かけたり、苦勞もありませんがやりがいもあります。また、投稿記事があるのはうれしいことです。

私の作品、私の健康法ほかいろいろの投稿をお待ちしています。みなさんの『シルバーさかい』となつて愛される誌面を作っていきたいと思っております。

(南英子)

