

シルバー



さかい

夏季号

2026年(令和8年)7月
第156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>



ノアドルフィンドーム提供

ノアドルフィンドーム

堺市の臨海部全体の活性化を促進するため、2025年3月25日に南海本線堺駅の近くにオープンしました。国内唯一の半屋内型の施設では、季節や天候に左右されずにいつでもイルカと遊べます。ここでは4頭のバンドウイルカたちが暮らし、子供たちからお年寄りまで、また心身に障がいを持つ方でもイルカと触れ合えるプログラムが用意されています。

(8ページに続く)

夏季(156)号の見どころ



- 令和8年度 定時総会 2~3ページ
- 選任された新役員(令和8年度・9年度) 4ページ
- 会員表彰式、地域委員紹介 5ページ



156号 目次

令和8年度 定時総会 …………… 2～3	会員表彰式、地域委員紹介 …………… 5	町おこし探検隊に参加して …………… 9
堺市長・堺市議会議長祝辞 …………… 3	理事退任のごあいさつ …………… 6	大和川・石川クリーン作戦に参加して …… 10
選任された新役員(令和8年度・9年度) …… 4	普及啓発活動、熱中症予防について …… 7	私の作品 …………… 11
令和8年度会員表彰 被表彰者 …………… 4	ノアドルフインドーム施設からのご案内 …… 8	頭の体操 …………… 12

令和8年度 定時総会

第1部



6月16日(火)午後1時半から北区の堺市産業振興センターで、当センターの「令和8年度定時総会」が開催されました。

はじめに時本幸治理事を議長に選出し、事務局から総会参加者(会員数4783人のうち出席157人、表決委任者2490人、議決権行使者817人の合計3464人で過半数超により会議が成立)の報告があり、令和7年度事業報告、収支決算報告および監査報告、新役員の選任の各議案を審議した後、全ての議案が満場一致で承認されました。続いて令和8年度事業計画・収支予算の報告があり、午後2時40分に閉会しました。

この後、大阪府警察本部・北堺警察署による講演「安全に自転車に乗るために」と、サークル発表として「ぶかぶか倶楽部」によるハーマニカ演奏があり、最後に表彰式が行われました。表彰式では当センターの事業に貢献された会員に表彰状が、退任した理事に感謝状が贈られました。

第2部

「安全に自転車に乗るために」

講演

大阪府警察本部・北堺警察署



これまでの自転車事故では亡くなった人の6割が転倒した際に頭を打っており、ヘルメット着用による安全確保が大事です。また、ヘルメットの着用率では全国一位の愛媛県が70.3%に対し大阪府は7.2%に過ぎないことも挙げていました。

交通規則では「努力義務」とされたヘルメット着用ですが、ヘルメットが命を守るための必需品であることは間違いなさそうです。

公道を自転車利用する際の具体的な注意例として、交差点での右左折では、バイクや自動車が自転車の右側を走るため、自転車の人は「一時停止表示」で止まってから、左右を確認し、さらに「右後ろの確認」も怠らないよう注意が必要と呼びかけていました。

大阪府警察交通捜査課の婦人警官による講演では、一人が「エミさん」という一般市民に扮して軽妙なトークを展開しながら、自転車事故に遭わないように安全に自転車に乗る心得を伝えました。

今年の四月からスタートした交通ルールでは「自転車は車両の仲間」として、交通違反をすると「青切符」による交通反則通告を受けることになりました。反則金は携帯電話使用の「ながらスマホ」では1万2千円、「右側通行」は6千円、「一時停止」を怠ると5千円、「信号無視」に6千円が課せられるなど、「自転車運転の安全マナー厳守」を呼びかける内容が紹介されました。

大阪府では昨年の交通事故で亡くなった120人の中で、自転車事故が22人と約2割を占めます。



「サークル発表」

昨年の「大阪・関西万博」にも出演した「ぶかぶか倶楽部」のミニミニコンサートが行われました。



「平均年齢は80歳」という同倶楽部のメンバー15人が『上を向いて歩こう』、『野に咲く花のように』、『昂(すばる)』、『ふるさと』の4曲を披露しました。

ハーモニカの演奏が始まると会場を埋めた人たちが合唱で加わり、会場全体が一体化すると同時に、総会や講演で緊張していた会場の空気が一変し、和やかなムードに包まれました。
「ぶかぶか倶楽部」の皆さん、楽しいひとときをありがとうございました。

祝辞



堺市長
永藤 英機

公益社団法人 堺市シルバー人材センターの令和8年度定時総会のご開催をお慶び申し上げます。

堺市シルバー人材センターは、昭和56年の設立以来、高齢者の方々に対する就業機会の提供に努められ、会員の皆様には豊富な経験や知識を活かして学校園での見守りや清掃・除草作業、駐車場・駐輪場の管理など幅広い分野でご活躍いただいています。

長年にわたり様々な活動を通じて地域の活性化や福祉の向上に貢献されていますことに敬意を表します。

堺市では、市政運営の大方針である「堺市基本計画2030」において重点戦略に「人生100年時代の健康・福祉」を掲げ、すべての人がいくつになっても心身ともに健康で社会とつながり、安心して自分らしく生活を送ることができる環境の充実に積極的に取り組んでいます。また、「高齢者が住み慣れた地域で心豊かに暮らし続けられる社会の実現」を重点戦略の施策と

し、高齢者の社会参加と生きがい創出の支援に力を注いでいます。貴センターには、今後も就業意欲のある高齢者の方々の多様なニーズに対応しながら安全で快適な地域環境を支えていただき、基本理念である「自主・自立・共働・共助」をもとに「会員の増強と育成」や「就業機会の拡大と開拓」などの目標達成に向けて事業を推進されることを期待しています。

堺市としても、市民の皆様がこれからも堺で安心して暮らし続けることができ、将来にも夢と希望が持てる都市であるように力を尽くしますので、引き続きご理解とご協力をいただきたいと思います。

結びにあたり、堺市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員並びに関係者の皆様のご健勝とご多幸を祈念し、ご挨拶いたします。



堺市議会議員
長谷川 俊英

堺市シルバー人材センター令和8年度定時総会のご開催、誠にありがとうございます。
堺市議会を代表し、心よりお

慶び申し上げます。また、設立から45周年という大きな節目を迎えられましたことに、深く敬意を表します。

貴センターにおかれましては、これまで長年にわたり、高齢者の就業機会の確保と社会参加の促進を通じて、地域社会の活性化に多大なるご貢献を重ねてこられました。

加えて、人口減少や少子高齢化が進み、高齢者のより一層の活躍が期待される中で、高齢者の生きがいや居場所づくりといった重要かつ多様な役割も担われております。

今後とも、「自主・自立・共働・共助」の基本理念のもと、さらなる事業の充実を図られるとともに、これまで皆様が培ってこられた豊富な知識や経験と技術を存分に発揮され、地域福祉の向上と活力ある社会の形成にお力添え賜りますようお願い申し上げます。

堺市議会といたしましては、「人生100年時代」と言われる今日、すべての人がいくつになっても心身ともに健康で社会とつながり、互いに支え合いながら心豊かに暮らすことができ、社会の実現に向け、引き続き真摯に議論を重ねてまいります。

最後になりましたが、堺市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員の皆様のご健勝とご多幸を心より祈念申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

選任された新役員（令和8年度・9年度）



令和8年度 会員表彰被表彰者

ブロック	氏 名	表 彰 理 由
南	梅原 成公	平成22年に入会以来、様々な職種に従事し、平成28年から9年間は地域委員を務める
北	馬屋原 昭	平成21年に入会以来、長年学校安全管理員のリーダーを務め、平成28年から8年間地域委員を務めた
東	太田 雅子	平成24年に入会以来、長年家事援助サービス班のリーダーを務め、様々な地域の活動にも積極的に参加し続けている
美原	梶谷 弘	平成21年に入会以来、長年配布班を中心に様々な職種に従事し、平成30年からは地域委員を務めている
中	栗田 美佐子	平成22年に入会以来、長年家事援助サービス班のリーダーを務め、様々な地域の活動にも積極的に参加し続けている
西	後藤 光生	平成30年から副ブロック長を5年間務め、退任後も様々な地域の活動にも積極的に参加し、学校安全管理員の緊急時対応等にも尽力している
東	坂本 裕子	平成17年に入会以来、長年家事援助サービス班のリーダーを務め、様々な地域の活動にも積極的に参加し続けている
南	澤田 たか子	平成19年に入会以来、主に家事援助サービスに従事し、長年リーダーを務める
堺	筒井 登史子	平成19年に入会以来、様々な職種に従事し、平成28年から8年間は理事を務める
東	平澤 信治	平成25年に入会以来、学校安全管理員を主に就業し、平成29年からは地域委員を約9年務め、様々な地域の活動にも積極的に参加し続けている
北	古川 愛子	平成22年に入会以来、長年学校安全管理員のリーダーを務め、平成27年から8年間地域委員を務めた



会 員 表 彰 式

本年度は、11人の方が表彰されました。



地 域 委 員 紹 介

ブロック名	役 職	地 域 委 員 (順不動)
堺	ブロック長 倉橋 満徳 副ブロック長 重永 均	飯山 松男 上野 仍子 海野 好雄 岸井 隆 阪口 淳子 中原 富美子 西山 歌 藤田 和生 藪 勇 吉川 一男
中	ブロック長 佐々井信一 副ブロック長 小田 保	新井 浩 荒牧 照代 金森 勝也 北村 悦男 楠本 憲男 小西 修 嶋中 美佐男 庄司 修 田端 實 日野 隆徳 三浦 昇
東	ブロック長 長谷川武士 副ブロック長 村田 茂樹	赤木 義治 江頭 実男 大仲 みどり 小谷 親春 小林 慶子 田村 和三 中畠 実 松井 又蔵
西	ブロック長 黒川 敏行 副ブロック長 鎌苅 聖二	岡 則夫 岡崎 典生 川島 賢二 河野 昌夫 竹中 保邦 塚本 雅行 中村 節男 西埜 榮 松井 透 松本 晴生
南	ブロック長 柳 博人 副ブロック長 条 幹雄	大倉 長寿 木下 ひとみ 近藤 卓一 築山 功 寺下 一幸 西 勝司 前田 良文 真鍋 良介 丸山 利幸 美濃越 純一 矢野 英彦
北	ブロック長 木村 利昭 副ブロック長 堀内 義一	小河 明 北側 光昭 下野 英俊 杉原 禎子 中西 早規子 中村 英彦 畠山 武文 丸谷 英彦 溝口 義人 宮島 美英子 倭谷 秋美
美原	ブロック長 安形 好範 副ブロック長 岩本 幸子	梶谷 弘 引沼 進 松井 洋 松本 昭子

理事退任のごあいさつ



渡上 とく子

堺市シルバー人材センターへ入会して16年になります。このたび4期8年間の理事職を退任することとなりました。

当センターは、多種多様な職種の経験者の集まり、そうした経験者の方々の集まりのなか、学ばせていただくことがたくさんありました。

現在では人生100年時代といわれていて、そのような折、令和7年9月には「大阪・関西万博」へ、当センターのサークル活動から「フラダンサーズ」と「ぶかぶか倶楽部（ハーモニカ）」の方々が参加されました。本当に誇りに思っています。

今後も、いろんなサークル活動を盛り上げていただきたいと思います。今日までたくさんのお知恵をいただき、お世話になった皆さまへ感謝申し上げます。ありがとうございました。

感謝状の贈呈



下野 英俊

このたび、4期8年間務めさせていただきました理事を退任致しました。

事業委員会に8年間、皆さまのご協力をいただきやってまいりましたが、コロナ禍により、多くの行事やイベントなどが中止となり大変残念な思いでした。今後は、会員の皆さまとともに

に当センターの拡充・発展を願う一会員としてお手伝いができたらと思っています。本当にありがとうございます。



常盤 秀行

4期8年間、安全・適正就業委員会に所属し理事を務めさせていただきました。

これからもその経験を生かして、実際の仕事の安全に努めてまいります。

皆さまには長期間ありがとうございました。



杉本 武康

このたび一身上の都合で理事を退任しました。令和2年度から今日まで役立つことも無く、助けていただければ、恐縮しております。ありがとうございました。

当センターの皆さまのご健康ご多幸を祈ります。



赤松 群治

このたび、任期満了にともない理事を退任することとなりました。

理事として8年間、至らぬ点多々あったかと思いますが、皆さんのお陰で貴重な体験をさせていただき、本当にありがとうございました。

今後は、一会員として当センターのお役に立てるよう、頑張る所存でございます。



藤原 富之

(3期6年間、事業委員会に所属し理事を務められました)

普及啓発活動

東区民まつりに参加して

5月10日(日)堺市立初芝体育館・初芝野球場で開催された「第21回東区民まつり」に参加して、就業拡大をはじめ、会員拡大など、シルバー人材センター事業の普及啓発活動を行いました。

当日は晴天に恵まれ最高のまつり日和となり、参加した約30人の会員は、焼草餅・おはぎ・さくら餅などの販売、また、女性会員による手作り小物や、会員・友人のご厚意で集まった家庭用物品の販売を行うとともに、



クジ引きで景品を当てるなど、親子連れを中心に大いに盛り上がりました。

参加した会員による会場内でのパンフレットやティッシュの配布を行い、来場者とのふれあいや会話を通じて就業拡大と会員拡大につながるよう、精一杯普及啓発活動に取り組みました。

東ブロック長 長谷川 武士

熱中症予防について

1. 涼しい服装（通気性のよい生地、首回りが放熱しやすい服装）
2. バランスの良い食事、十分な睡眠の確保
3. 就業当日の気温が30℃以上の場合は、
 - 作業時間の短縮（屋外作業の場合、午前中の就業など）
 - 水分・塩分の補給のための休息
 - 暑さを避けた場所での適切な休憩間隔の実施

“ノアドルフィンドームでイルカと触れ合い” 施設からのご案内

「餌やり体験」は、水に濡れることなくイルカに触って餌をあげることができるので、小さなお子さまにお勧めです。「浅瀬で遊ぼう」では、腰まである長靴を履いてプールの浅瀬でイルカと遊べます。そして一番のお勧めは何といっても「ドルフィンスイム」で、ウェットスーツを身に着けてプールに入り、背鰭につかまってイルカと一緒に泳ぐ体験ができます。

私たちのモットーは、「イルカと共に人生をより良くする」です。イルカたちと共に、非日常の楽しい時間をお過ごしください。

ノアドルフィンドームの案内

住 所 堺市堺区大浜北町4-1-1

電 話 072-268-5548

アクセス 南海本線堺駅から徒歩約10分

営業時間 10:00～20:00（最終入館19:30）

※ 施設やプログラムの詳細はホームページをご覧ください

ノアドルフィンドーム
ホームページQRコード



スマホで読み取ってください

ノアドルフィンドーム
マップQRコード



体験記

昨年の夏休みに、預かった孫とどこに遊びに行こうかと考えた時、堺市に“イルカの餌やり”を体験できるところがあると聞き行ってきました。

まず入ってすぐ目の前に大きな水槽が広がり、その向こうにイルカたちが勢いよく泳いでいました。入場券を買っている間、子どもたちは水槽にくぎ付けに。何度も目の前

をイルカが通り抜けてくれました。

その後、エレベーターで2階へ。そこでは“浅瀬でふれあう体験”や“イルカと一緒に泳ぐ体験”もできるようでした。

私たちはさっそく餌やり体験へ。まずトレーナーの方から餌のあげ方やイルカについてのお話を聞き、イルカに触らせてもらいました。孫は恐る恐るなで「ツルツルだ!」と私にうれしそうに教えてくれました。お魚を受け取ってイルカの口の中にポイ! 楽しそうに何度も餌をあげていました。

プールは低くて3才の孫もすぐく間近で見ることができ、シッポで水を何度もかけられながらも笑顔で走り回っていました。着替えて帰ろうと思ってもなかなか帰ってくれませんでした。孫たちも私も楽しい一日を過ごしました。

(あともがき)

イルカの年齢を2倍すると、人間の年齢と同じくらいになるそうです。それぞれ性格も違うようで顔も違うということを今回の取材で教えていただきました。今までは遠くからショーをみるだけでしたが、もう一度近くでじっくり観察してみたいと思いました。

(平本)



新緑の泉北を巡る歴史探訪

第60回 町おこし探検隊に参加して

北ブロック 木村 利昭



五月の爽やかな土曜日、堺市シルバー人材センター会員親睦会の町おこし探検隊に参加させて頂きました。晴天に恵まれたこの日、朝9時にビッグバン広場に集合し、新緑がまぶしい大蓮公園を抜け、櫻井神社を目指しました。櫻井神社では、観光ボランティアの方から大変興味深いお話を伺うことができました。



堺市内で唯一の国宝建造物である鎌倉時代の「拝殿」は、中央が土間の通路になった「割拝殿」という珍しい建築様式で、簡素ながらも力強い鎌倉時代の構造技法を今に伝える貴重な建物であると知り、感動いたしました。その後、与謝野晶子の碑文がある上神谷小学校へ。ここでも、晶子がふるさと堺での幼年時代を懐かしく綴った唯一の自伝作品について、詳しい説明を受け、改めて郷土の偉人の足跡に触れることができました。

9時過ぎから11時過ぎまで、心地よい汗をかく程度の距離歩きしましたが、新緑の季節の中、気持ちよく堺の歴史に触れることができ、大変満足な一日となりました。企画・運営にご尽力いただいた役員の皆さまには、心より感謝申し上げます。

地域の魅力を再発見する素晴らしい機会をいただき、ありがとうございました。



編集部委員募集

堺市シルバー人材センターから年に4回発行されている季刊誌『シルバーさかい』を一緒に作ってみませんか？現在4人の素人編集者でワイワイ楽しく作っています。

経験は問いません。取材や記事を書いてみたいと思う方、一度見学に来てみてください。

ご興味のある方は左記にご連絡ください。

連絡先

「堺市シルバー人材センター本部編集部会」宛てハガキでお申し込みください



大和川・石川クリーン作戦 に参加して



3月1日（日）に開催された大和川・石川クリーン作戦は、晴天の下、大和川河川敷など7会場に分かれて行われ、常磐町1丁会場には、老若男女およそ200人もの方々がボランティアとしてご参加されました。

足元に注意を払いながら河川敷のゴミを回収していくと、ペットボトル、空き缶、プラスチック包装など、実に様々な種類のゴミが見つかりました。これらのゴミが海まで流れ出してしまうと、広範囲な汚染に



つながることを改めて実感しました。
参加された皆さまの熱心な活動のおかげで、大和川は大変きれいになりました。
皆さま、大変お疲れさまでした。

北ブロック 木村利昭

私の作品



水墨画「タケノコ」

西ブロック 坂口 兼近

短歌

さくらんぼの 赤く光る実 ふるさとを
後にしわが手に わが誕生日に

西ブロック 上田 雅子

俳句

弘川寺 西行しのぶ 桜かな

南ブロック 倉良 支

山柳

落語家の 扇自在の 芸に酔い

北ブロック 森井 忠



2026年4月 竹田城址を立雲峡から撮り、
AIを使って1410年築城時を描きました
西ブロック 妹尾 憲和

切り取り線

会員紹介カード

会員No.

氏 名

入会される方の氏名

会員になりたい方を紹介してください！

当センターでは、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。

カードを受け取った方が、入会研修会に持参の上、入会された場合、ご紹介いただいたあなたに事務局より粗品をお贈りしています。

頭の体操

次の第1～5問の答を解答例からお答えください。問題はすべて今号(第156号)から出題しています。答えは第1問=D 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 ノアドルフィンドームがオープンした日は？

解答例 A 2025年4月25日 B 2025年2月25日 C 2025年3月25日

第2問 昨年度の大阪府の交通事故死亡者数は何人？

解答例 A 120人 B 130人 C 140人

第3問 令和8年度定時総会で選任された新役員の人数は？

解答例 A 15人 B 19人 C 20人

第4問 当センターのハーモニカサークル「ぷかぷか倶楽部」のメンバーの平均年齢は？

解答例 A 70歳 B 75歳 C 80歳

第5問 堺市で唯一の国宝建造物がある神社は？

解答例 A 方違神社 B 蜂田神社 C 櫻井神社

締め切りは9月1日(火)必着

はがきに解答、会員番号、氏名、郵便番号、住所を明記の上、『シルバーさかい』編集部会(本部内)まで。正解者多数の場合、抽選で20人に記念品をお贈りします。

編集後記

6月16日(火)定時総会で、今年度の事業計画の発表や新役員が選出され、当センターは目標に向けて動き出しました。

私たち編集部会は、意見を出し合ったり助け合いながら、以前は7人で編集作業をしてきましたが、この2年のあいだに4人のメンバーの変動がありました。

今号では、新しく加わったメンバーが、取材を兼ねた体験記を掲載しました。私は編集作業に関わって7年目になりますが、その間にメンバーの引退、加入を経験し、改めて一人ひとりの力と個性が編集部会には必要だと実感しました。まだ編集部員は元の人数には足りていませんが、次号(秋季号)からはフルメンバーで紙面作りができるように、また小誌が当センターと会員さんをつなぐ欠かせないツールであることを願っています。

「大和川・石川クリーン作戦」の活動はまだ春の肌寒さを感じる河川敷のようすが、また「町おこし探険隊」は、5月の爽やかな風を感じながら、新緑の道を楽しそうに喋りながらの散策を伝えてくれています。

これからも、紙面を彩る楽しい記事などの投稿をお待ちしております。

ここ数年は夏が長くなり、いちだんと暑さも厳しくなってきました。物価高で電気代も気になりますが、身体最優先で元気に秋を迎えましょう。

植尾

前号の正解

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

応募総数75、正解者64、抽選の結果、当選者20人に記念品をお贈りしました。

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)を『シルバーさかい』編集部会(本部内)までお寄せください。

採用された投稿者には記念品をお贈りします。なお原稿の返却は致しませんのでご了承ください。

