下伊那西部シルバー便り

H27.1.10
No.14
発行
(公社)下伊那西部
シルバー人材センター
印刷
龍共印刷㈱

新事務所前での役職員（理事会開催日に）

地域発展のため感謝します

阿智村長　熊谷　秀樹

新年明けましておめでとうございます。平成二十七年、輝かしい新年を迎え皆様いかがお過ごしでしょうか。又日頃は下伊那西部シルバー人材センター会員の皆様には、阿智村政に対しまして多大なるご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。深く感謝申し上げます。

改めて言うまでもなくセンターは高齢者等の雇用の安定のため、日々大変ご活躍いただきあらゆる分野において地域経済のために、地域福祉のために、どんな小さな仕事でもお引き受け頂き、地域貢献して下さっています。約二百名の登録会員と聞いていますが、人生経験を積まれた皆様の、熟練の技能や知識を最大限に発揮して下さっており、阿智から根羽までの西部地区の広域に渡って幅広い活動、本当に感謝しております。

さて、昨年十二月でございますが阿智村の産業振興公社移転に伴い、センターの事務所を旧駒場保育園跡地に移転頂くことになり、新しい事務所で平成二十七年から事務を行なって頂いています。当村の都合で大変ご迷惑をおかけしましたこと、そして快くご快諾頂きましたことに御礼申し上げます。旧事務所からすぐ近くの場所ですので、皆様是非木の香りのする事務所にお立ち寄り頂きたいと思います。

阿智村はご存知のように、昼神温泉を中心として観光客百万人が訪れ、最近では星が日本一きれいに見える村として、そして満蒙開拓の悲劇を映画化した山本慈昭生涯を描いた「望郷の鐘」など、自然や歴史、文化、地域資源もうまく生かしながら、村の活性を図っています。村民が主体の村づくりを揚げて一人ひとりが輝く村として今日に至っています。今後も下伊那西部シルバー人材センターの益々の発展を祈念して新年のあいさつとさせて頂きます。

事務所が移転しました

阿智村のご配意により、旧駒場保育園跡地に産業振興公社と合築で事務所を新築貸与していただきました。昨年末に引越しを終え一月から新事務所で業務を行なっています。場所は旧事務所より国道寄り五十ｍとなります。

門松事業の活動

根羽事業所

門松事業が始まったのは、平成十四年の根羽シルバーの時からですので今年で十四回目の正月を迎えることになります。当初は稲武のシルバー人材センターに習いに行って始まったと聞いております。メンバーも段々と入れ替わり今日まで受け継いできております。

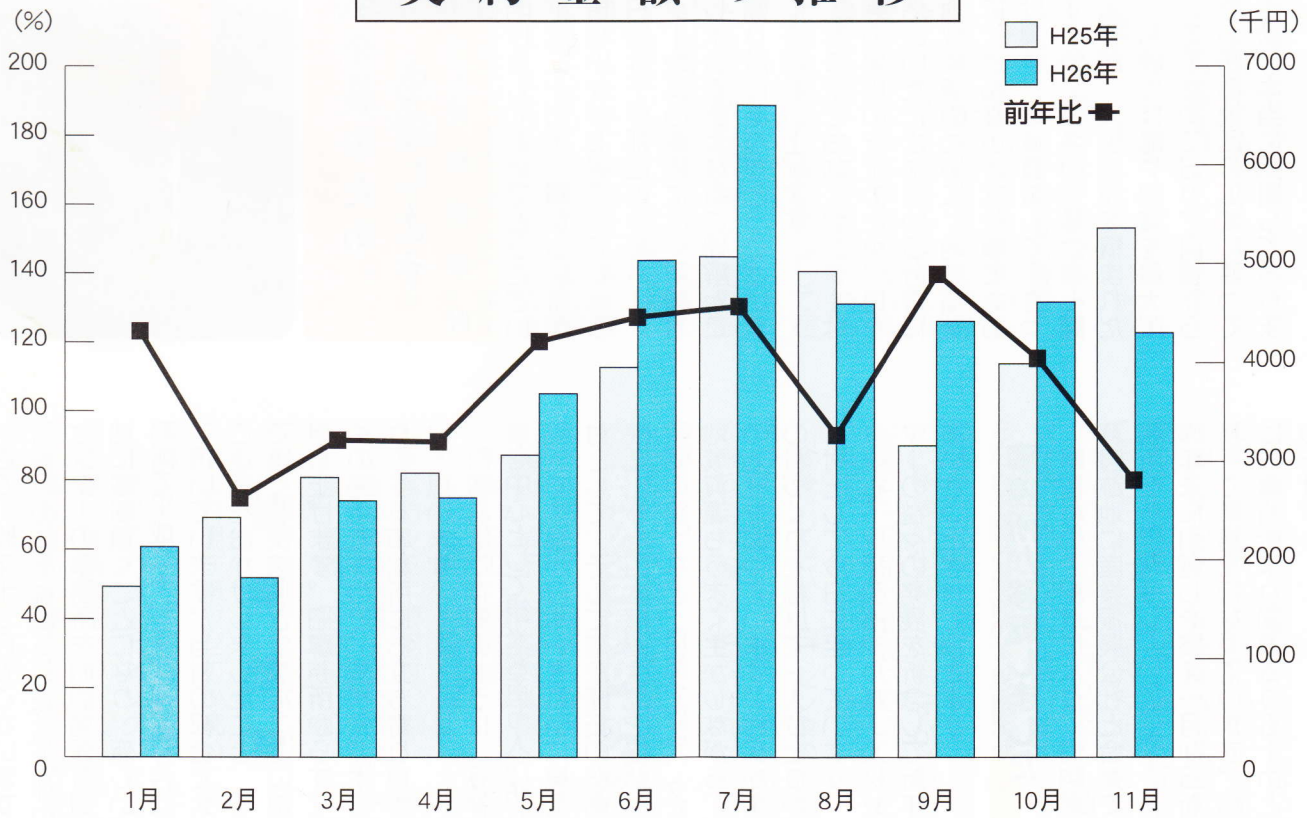
毎年注文を頂く家庭・事業所も増えて皆さんに喜んで頂き、作業に携わる会員も多くなり、冬場の仕事の確保にもなり大変ありがたいことです。今年も経験のある会員が始めて作業に参加する会員に、左縄の綯い方・垣根結びの結び方等を教え、和気藹々と作業に励んでいます。これからも受け継いだ伝統と技術を次に繋げていきたいと思います。

門松作りのような独自事業の他にも、考えれば身近な所に色々とあるのではないかと思いますので、会員の皆さんアイデアを出し合って、独自事業の拡充・拡大を図って、安定就業に繋げていきましょう。

門松の由来

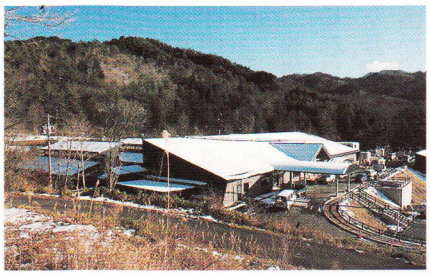
門松は、歳神の依代といわれ歳神が宿る安息所、また、神霊が下界に降りてくる時の目標物と考えられています。この歳神とは、別名「お正月さま」「若年様」「歳徳さま」と呼ばれ正月家々に迎える神をいい、白髪の福相の老人だと考えられています。

契約金額の推移



お世話になっています 発注者のご紹介

根羽村特別養護老人ホーム建設工事
吉川・片桐特定建設工事共同企業体



根羽村折山の国道一五三号線沿いで平成二十六年末完成に向けて工事を行なって来ました。

順耐火構造で平屋建て建築面積二五二〇平米（約七百六十坪）三十三の居室を備え、デイサービス施設を併設した大規模な建物です。

施工に際し、当初よりシルバー人材センターさんに現場作業を援助して頂き工事を進めています。現場の中は常時五十人の作業員が各職種に別れ作業を進めています。シルバーさんには床暖房設備の効率確保のために基礎コンクリートの内側前面に断熱材を設置する作業をお願い致しました。

厚さ十センチの硬質断熱材を基礎や配管の型に合せて、隙間なく切り込み接着剤で固定する仕事です。寸法の確認や、電動鋸で厚い材料を切断加工、取り付け作業を各々の方が得意分野に分かれ、手際よく作業を行なって頂きました。床配管がほどこされた土間コンクリートの上は足の踏み場にも気を使う作業でしたが、慎重に無事終了して頂きました。その他にも場内で発生する、木材や建築の切出材等の整理、搬出など手間の掛かる作業を心快く引き受けて頂き、大変に助かりました。

昨今、建設工事に携わる職人不足が深刻な問題となる中で豊富な経験を持たれる方々に、今後もお力ぞいを頂ければ幸いです。是非とも宜しくお願い致します。

シニアワークプログラム事業 農業サポート事業講習会

広いビニールハウス内はトマトの栽培圃場であった。受講生は十時に集合しトマトの収穫、整枝等の講習会です。

高卒まで親のすることを見てその後サラリーマン生活、定年後十年余、当時と同様の農作業で出荷出来るような作物は出来なくなっている。こんな設備の立派な場所で作業が出来るなんて夢のようだ。講師からキュウリの収穫を予定していてが出荷後となり変更してトマトの収穫と枝の切り取り作業を行なうとの説明があった。

ハウス内での収穫作業、トマトの収穫、自分にとってはすべて始めてのこと。枝を切る方法、トマトの収穫方法、収穫時出荷から消費者の手元に届くまでの期間を考え、結実具合をみて収穫する等講師から技術指導を受けました。

トマトの一本一本の頭上を見ると紐が垂れているのに着付き、よく見るトマト支柱をしているが分かり時代のズレを感じあせられた。これも効率と設備の経費の節約か。

トマトの収穫をするのにハサミを使用しないのは、病原菌の感染防止との事、本日の講習会は、自分にとって全て始めてのことであり、時代のずれをかんじた。

自分があと三、四十年若かったら消費者の食卓に新鮮野菜を届ける生産者になりたいと魅力を感じました。設備、環境、農作業方法を見ると技術、研究にはかり知れない努力があったと思います。受講の機会を与えていただいた事に感謝します。

おじいちゃん おばあちゃん ありがとう

阿智村智里東保育園

今年、智里東保育園へ地域のシルバー人材センターの方々がボランティアに来て下さいました。そして、普段できるようで、できなくていた畑の草取りや片付け、落ち葉掃きなどの園庭整備をして下さいました。

畑の片付けをしながら、わからない野菜のことを教えていただいたり、苺の苗の植え替えもしていただいておかげでした。

そして、子供達も、うれしそうに落ち葉集めを一緒にお手伝いをしたり、遊具で遊んでいるのを「おばあちゃん、見て！」と言うと、「どれどれ」と見てくれるのでうれしく張り切って遊ぶ姿があり、子供達にとっても楽しいひと時となりました。

職員が少なくなり、なかなか園庭の整備が出来なくていたので、綺麗にしていただいて気持ちよく生活できるようになり、本当にお陰様でした。

シルバーの皆さんありがとうございました。

ボランティア活動一覧

地　区	場　所	内　容	参加人員
根　羽	根羽保育園	草刈り・草取り	10
智里東	智里東保育園	草取り	11
清内路	清内路保育園	窓拭き	6
浪　合	浪合保育園	窓拭き	5
智里西	智里西保育園	箱の解体	4
伍　和	伍和保育園	窓拭き・器具等清掃	8
会　地	あふち保育園	窓拭き	10
阿　智	第２幸寿苑	窓拭き	16
計			70

安全適正就業大会

高柳　紀一

塩尻市において平成二十六年度安全適正就業推進大会が行なわれました。

西部シルバー人材センターからは三名が出席しました。今年度の最優秀標語に佐久シルバー人材センターの方の「確認で指差す先に事故はなし」が選ばれ大変に良い標語だと思いました。

今回の大会の中でも強調された事が就業は楽しく安全に行なわなければなりません。お互いに注意をして、「不安全な行動を見つけたら注意をする勇気」「注意をされたり不安全な行動を直す謙虚な気持ちを持つ、こうしたことに事によって就業は楽しく安全に行なわれる事につながると思います。

なお、九月六日には下伊那ＳＣによる安全適正就業パトロールを根羽の草刈り作業を点検しました。結果一点草刈り機の刃の部分にカバーのないのを指摘されました。「このくらいいいだろう」「今までなにも何もなかったから大丈夫だろう」と事故の要因を甘く見ないと言う事が大切です。しかし、現場では全員の方がヘルメット、安全靴、保護眼鏡、服装と完璧で安全意識の高さを感じました。シルバー事業は働くことを通して地域社会に貢献して一人ひとりが楽しく安全適正就業に心掛けしましょう。

事故のない就業を望みます。

刈払機の安全講習

稲垣　節雄

平成二十六年九月二十二日根羽村研修センター於いて刈払機の安全就業についての講習会が行なわれました。講師は（資）平沢産業安全衛生コンサルタントの平沢岑和氏で学科、実技の講習が行われました。この講習会は厚生労働省の指導基準の下に行なわれました。

受講者はシルバー人材センターの会員で、根羽地区から十二名・平谷地区から二名・阿智地区から二名が参加し、年齢は七十九歳から六十歳でした。座学はテキストを用いた説明から始まり、

・基本的な服装と保護具
（保護帽・防振手袋・防塵眼鏡・耳栓）
・刈払機の正しい装着
（吊り金具への適切な装着）
・エンジンの安全な始動・停止
（特に暖気運転を三分程行なう）
・刈払機作業の基本動作
（前進は右足から）
・上下作業・近接作業の禁止
（上下作業の禁止・五ｍ以内の立入禁止）
・刈払機の点検整備を十分に行なう

等の話がありました。

熱中症対策として塩分、水分の頻繁な補充、蜂刺され予防対策としては白衣を着用する。

安全な刈払機作業としては、キックバックに注意して往復刈りをしない、大振りしない点が強調された。

実技では駐車場脇の草刈りを行い座学での復習をしたところであります。多くの会員の皆さんに講習を受けて頂き事故防止に努めてください。

会員の広場

研修・親睦旅行に参加して

日比野　千恵

西部シルバー人材センターの皆様、平成二十七年を迎えました。

高齢社会が進行する中、元気で働く意欲のある方達が様々な就業を通じて生き甲斐を高め、活力ある地域社会づくりにシルバー人材センターの役割はますます重要になってくると言われています。

さる十一月五日、六日一泊にて（公社）佐久シルバー人材センターに研修親睦旅行に参加しました。

丁度この日は色々な行事と重なり多忙の中二十四名の参加で出発しました。車窓の眺めでは、紅葉には少し遅いのかなと言う感じでしたが、バスの中は思い思いの話題で一杯でした。車中でビンゴゲームを始め、読み上げた番号が手持ちにあると「ヤッター」と喜び、シルバーとは思えない程の歓声をあげ、この時ばかりは童心に返った様でした。（公社）佐久シルバー人材センターでは、私達一行を出迎えていただき丁寧に会場に案内された。双方の役員の自己紹介のあと、（公社）佐久シルバー人材センターの概要の説明では、昭和六十三年四月一日に発足し、一市二町で構成した。会員数は一三一八人で男性八二九人、女性四八九人、毎月一回の加入説明会、就業の内容によっては年齢の上限ある、職域班（草刈り・剪定・草取り等）班長が中心になり就業を行なっている。普及啓発事業として会報の発行、各イベントに参加、普及啓発パネル展、ティッシュの配布、全戸へチラシ配布を行なっているとの事、規模の大きさや取り組みに勉強になった研修でした。理事長はじめ職員の皆様お忙しい中時間を割いて頂き有難うございました。

二日目は、午前中思い思いの所へ出向き楽しい日を過しました。年に一度の研修・親睦旅行、会員の皆様の積極的な参加をお願いいたします。

赤年　年男　年女

まめで長生きしよう

福岡　昭一
（阿智村春日）

六廻り目のひつじ年がやってきました。

若いころは、七十を過ぎた近所のおじさんを見ると、年寄りと見ていましたが、私もその年齢になりました。

年寄りと言う言葉が好きではありません。ただ、近くにいる孫のおじいちゃんと呼んでくれるのは、心地よいものです。家内がおじいちゃんといえば、口をききたくありません。そんな年になりましたが、シルバー人材センターでは草刈り専門でお世話になっております。

夏の暑い時の草刈りはつらいけれども、仲間といろいろと話ができることが何よりも楽しみです。

お互いに体に悪い所が出てきて、まめでいたいと健康について話すこともあります。私が一番心がけていることに、食べることがあります。「味噌汁食べて（汁をすするのではなく、具をしっかり入れて）、お茶飲んで、大豆に酢、野菜の魚にごま昆布」これは食文化研究家で、阿智村にも来ました永山久夫さんの健康に過す食生活の基本だそうです。二十年経っても妙に新しく感じ、納得して家内に実践させております。ただ、ちょっと多めの酒飲みが、この効果を相殺してしまうかも。

次の七回目を迎えるひつじ年まで、シルバー人材センターの会員で働けたらと願っております。

会員の皆様の、まめで長生きをすることを心から願っております。

私の生き甲斐

原　友子
（阿智村伍和）

六十歳定年後、家でブラブラしている時リハビリの昼食の手伝いをさせて頂きました。また、近所の子供さんを車の停留所まで送らせて頂きました。

シルバーさんからアルテンハイムの洗濯業務をしています。時間の空いた時、利用者さんに話しかけるとにこにこして若かりし頃、昔の苦労話など延々と、時間がないので又なと切り上げるのが大変な時もあります。

食事の見守り天気のいい日障子を開けて食事をするとあのつつじは、お父さんが植えた、あの牡丹は私が植えたんな手入れをせんもんであんなに伸びてしまって、鎌を使えたら草を刈りたいなあ、若い頃は休みなしで働いたんだに。娘はおるけど遠くへ嫁にいちゃってちょっともこんのな。話は付きませんほんの一時ですけど、喜んでもらえることに生き甲斐を感じます。

教えられたこと

桜井　茂男
（阿智村清内路）

本年は、六回目の年男と共にシルバー人材センター会員として七年目となりますが、これを機に主な就業を振り返って見ますと、最初はーターンで入村される方の空き家の大掃除の依頼でした。

楽な作業と思っていましたが予想外に大変な作業で疲れて夕食がつかえる程だったことを覚えています。

平成二十年度から二十三年度までは、湯ったりーな昼神の運動浴槽利用者の見守り管理スタッフの一員としてお世話になりました。高齢の方々の利用者が多く健康管理意識の高いことに驚きました。

平成二十三年度夏には、原発事故により戸外で十分活動できない福島県伊達市の小学校五、六年生百七十名の受け入れでふるさと村自然園での流しそうめんの準備、完了までをボランティアで従事しました。

昔とった杵柄で作業に当りましたがなぜか自然に力の入った三日間でした。平成二十五・二十六年は、シニアワークプログラム事業で剪定緑地管理技能管理講習会と農業サポート講習の運営委員を勤めさせていただきました。特に緑地管理講習には技術修得により造園関係の企業へ就職された方もいてこの講習の目的でもある「生涯現役」の実現が課せられたことと共に運営に当たる中で剪定のおける庭園植栽美とされる「真・添え・対の真髄を知り得た事が大変有難く思いました。

古希も過ぎて身体の調子も思わしくない日々の暮らしですが、シルバーで体験したボランティアの心、生涯現役という意欲、人の日常の指針に通じる「真・添え・対そして健康管理に今後シルバー活動と共に心掛けていきたいと思います。

健康で在りたい

後藤　等
（阿智村浪合）

会員となって私が最初の就業が屋根の雪降ろしだったと思います。以来草刈り、看板立て、畑の就業等依頼されたことをやって来ました。体の不調で対応出来ないことも多く在りました。

ある時、通院依頼をうけ、送迎の就業をした時のことですが、車中で「こんな面倒なことを電話でお願いし、送り迎えをして頂き大変有り難い事です。またお願いすることもあるかと思いますがよろしくお願いしたい」と、丁寧にお礼を言ってくれた時、なにか心地好い感じにさせられました。

同時に明日は我が身と思いつつ、シルバーの就業をさせて頂きよかったなと思いました。三日坊主の私ですが平均寿命までは健康を維持したいと思う日々です。

感　謝

石原　かつ子
（阿智村智里）

年女と云うことで、文章をお願いしたいと役員の方から依頼され一寸戸惑いました。シルバー人材センターに入会して皆様に比べまだまだ日の浅い私です。古希を過ぎても働く場所のあることに本当に有り難い事と感謝して居ります。

長いこと会社勤めで、同じ人達のお付き合いの毎日でしたが、定年になりシルバー人材センターへ入り最初は不安もありましたが、草取り・障子張り・種まき等大勢の人達との出会いがありました。また、色々と教えて頂き勉強に成る事が沢山ありました。頼まれても行けない時もありますが、また来てほしいと頼まれるように、健康に気を付けて今年も皆様と一緒に働ける様に頑張りたいと思います。今後ともよろしくお願いします。

地域に感謝を込めて

木下　克敬
（平谷村）

私は、昭和四十八年に、名古屋市からーターンで平谷村にお世話になりました。その間いつの間にか四十一年が経過しました。さまざまな紆余曲折がありましたが、これまで何とか元気でこられましたのも地域の方々のお陰と思い心から感謝しております。「袖振り合うも他生の縁」と申します。今さらながら縁と運命の不思議を感じて降ります。人生八十年の時代となりました。後残り少ない人生ですが、最後の「終活」に向けて頑張っていたいと思います。

今後、シルバー人材センタの活動を通じて、地域の方々に少しでも感謝の気持ちと、ご恩返していければと思います

新入会員の紹介

岡本富士子	阿智村春日	八月
渡辺　禎子	阿智村智里	八月
伊藤　玉江	根羽村	八月
杉本　高美	阿智村智里	十月
夏目カツミ	根羽村	十月
加藤　伸也	平谷村	十一月
井原　重義	阿智村伍和	十一月

編集後記

十二月現在事故ゼロが続いております。

就業の前のミーティング・安全作業手順・体調確認・安全な装備・服装の確認を行い事故ゼロを皆で続けましょう！