

シルバー

第89号

2005年1月25日

発行 社団法人
所沢市シルバー人材センター

編集 広報部会

〒359-1143
所沢市宮本町 1 - 1 - 2

電話 04 - 2928 - 8695

FAX 04 - 2924 - 0630

ホームページアドレス

<http://www.sjc.ne.jp/tokorozawa/>

ところざわ

「躍 動」 松井地区 土方英夫さん My 所沢出品作品より(被写体・サギ草)



冬が来た

高村光太郎

きっぱりと冬が来た

八つ手の白い花も消え

公孫樹いふの木も簾ふになった

きりきりともみこむような冬が来た

人にいやがられる冬

草木そくに背かれ、虫類に逃げられる冬が来た

冬よ

僕に來い、僕に來い

僕は冬の力、冬は僕の餌食えじきだ

しみ透れ、つきぬけ

火事を出せ、雪で埋めろ

刃物のような冬が来た

「道程」より



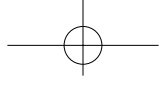
新しい年が到来した。
ふし目の都度「時とは何ぞや」等
と自問してみる。その「時」を表す
のに使われている「時計」の針は太
陽の光が地上に投じる影が原型だと
いう。「暦(こよみ)」の語源が日を
数える「日読(かよ)み」であるこ

とを併せ考えるとき、私たちの生活
リズムの根底には、太陽や自然が営
む周期Ⅱ循環のリズムが潜むことに
気付かされる。お正月行事や諸々の
民俗行事は自然のリズムとの協和音
を探す人間側の努力とも捉えられよ
う。文明社会と自然循環との乖離かいりが

囁かれる今、自然との整合性を保つ
努力は必須の課題になるだろう。

新年号の特集として「MY 所沢」
というテーマで写真を募集した。所
沢の循環のリズムを心の眼鏡で見つ
め直して欲しいと思うから。

入賞作品は4・5ページ掲載



新年のご挨拶

理事長 秋山 脩



新年明けましておめでとうございます。会員の皆様にはお健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

当シルバー人材センターも皆様の元気一杯の働く意欲と熱意、更に関係各位のご協力に支えられて、順調に事業運営を進めることが出来ました。心から御礼申し上げます。

さて、昨年は経済情勢にも明るい日差しが見える感がありましたが、

実情はなかなか回復のきざしが見えません。そんな中、2、3年後には大定年時代を迎え、シルバー人材センターの会員の増加テンポが早まることが予想されます。様々な会員が増えることと思われませんが、我々の提供する労働、サービスの質が低下することがあつてはなりません。発注者に甘えることなく、人生の経験者として、恥ずかしくない作業をしなければなりません。25年以上に亘

り、SC先輩たちがまじめな、きめ細かい仕事ぶりで、地域に築いた高い評価を失うようなことがあつてはならない訳であります。構造改革や経済、流通の変化が進む中にあり、人間として最も大事なものが失われてはなりません。

時代の変化に伴い、市広報紙配布等新しい職種が増え、皆様にはご尽力頂いております。今年も波乱多き年になりそうですが、皆様には健康にご留意され、就労に際しましては、怪我や事故のないよう、ご注意頂きたくお願い申し上げます。新年のご挨拶と致します。

四年生まれの会員の方から

シルバーの仕事で健康を

富岡地区 竹内 正隆

シルバー人材センターに入会したのが昭和62年(1987)の1月だった。会社を定年になって、家にいてテレビを見ていたのでは健康に良くないと思い何か仕事をやっている方が体に良いだろうと思って入会した。

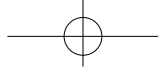
入会しても仕事は直ぐにはなかった。ところが翌年の7月に富岡の公民館が新しい建物を作ることになり、立派な新館が出来た。旧建物は小さかったので清掃をやる人は一人だったと伺っていた。新館は立派な大きな建物だから一人の清掃人では間に合わず二人になった。ところが旧館から移られた方が高血圧で急に休むことになり、新館の大きな建物

を一人で清掃するのは無理があるので至急手伝って欲しいとシルバーからの要請があつた。掃除といわれて初めはとまどつたが家にいて時間を持て余していたので、たとえ一時間でも体の為にはよいと思い、こころよくお引き受けした。

当時は新館だから申し分のないきれいな建物で清掃も楽であつた。しかし広い公民館の全部をやるのには結構骨が折れた。ピンチヒッターでやるつもりが一週間たち、二週間

頒 春

役職名	氏名
顧問	斎藤 博
相談役	高野 英二
理事長	秋山 脩
副理事長	田中 文雄
理事	岸 啓二
理事	上田 勝紀
専務理事	島 与み
理事	山 口 博
理事	五 社 よし子
理事	押 切 辰 弥
理事	九 鬼 春 雄
理事	西 方 喜 一
理事	村 上 和 枝
理事	橋 本 英 世
理事	前 田 元
理事	貫 井 弘 久
理事	岩 渕 淑 子
理事	小 檜 山 正 幸
理事	富 田 実 夫
理事	佐 藤 武 夫
監 事	小 林 辰 夫



たつて仕事に慣れるにつれて、毎日の出勤が楽しくなってきた。自分でも自然に時間が来ると今日の清掃スケジュールを考えながら家を出るようになった。

それから何時の間にか16年間が経った。その間一日も休まず働くことが出来たのは働くことがいかに体の為によかったかということだろう。朝の定時出勤は極めてよく、清掃という仕事は体全体を使うので年

会員となつて十年

松井地区 鳥山 あい子

平成6年高齢者大学に入り、在学中に社会福祉協議会、長生クラブ、シルバー人材センター等々の講演を聞きました。卒業（平成7年3月）と同時にシルバー人材センターに入会しました。会員となつたその日に事務所内清掃作業の仕事を引き受けました。ワンルームマンションの一室を営業所としてバイクで宅配する会社でした。一日1時間、週2回、どなたも行く人がなくセンターでも困っていたようでしたので週2回ならばと、引き受けました。そのお仕

輩の人には最高の仕事だと思ふようになった。また富岡公民館の場合は時間が半日程度の勤務なので、残った半日を自分のために活かすことができ、非常に恵まれた仕事といえる、そう思って働いて来た16年間だった。

働くことの楽しみを作つて下さつたシルバー人材センターに感謝しています。

事は現在まで続き10年が経ちました。どんな仕事でも長く続けられたことに「たいしたものだ」と自分で自分を励ましていました。

いろいろなお仕事がありました。お香の袋詰め作業、贈答用の箱折り作業等々内職のような仕事でした。うしぬま荘の清掃作業一年、ときには臨時の仕事もありました。

一番驚いたのは所沢市立老人ホーム亀鶴園での女性の夜間勤務のお仕事でした。勤務時間は夕方5時より翌朝8時半まで。その間は職員からの引き継ぎ、看護師からの薬の受け渡し、夕食のチャイム、配膳作業、就寝チャイム、夜の8時と12時の見

回り、個室からの呼び出し、起床チャイム、朝食チャイム、配膳作業、職員への引継ぎがあります。これで夜勤の仕事が終わり家路につきます。ただただ夢中で無事に一年終わればとばかり願っていました。そしてその仕事は一年で中止となりました。このお仕事では思つてもいない体験をしました。その後広報紙の封入封かんのお仕事を5年間させていただき昨年5月で終了致しました。現在は保健センターのお仕事を月4回、8時半より12時までしています。

センターの親睦旅行、地区懇談会、婦人部の集い、フェスティバル等々の活動に参加し多くの人との出会いがあり楽しい思い出ができました。こうしてお仕事を続けられた事も親睦会サークルの活動があったからです。サークル活動に参加し大勢のよき先輩、友に出会いました。お手本の少ないこれからの長寿社会を共に支えあえる仲間づくり、また最も身近な情報交換のできる親睦会の活動も続けていけたらいいなと思つています。

一昨年初希を迎え昔風に言えば古来希なる長寿ということで目出度い事でしたが、今は珍しくもなく感慨

も湧いてきません。ただ自分の寿命の読みが違ってきています。会員となつて10年皆様方に支えられ感謝の気持ちを忘れず今後も楽しんでいきたいと思ひます。

○心はだのしむべし 苦しむべからず
身は弱すべし やすめ過すべからず

百歳にして大壽なり

貝原益軒「養生訓」より



緊急アピール

安全意識を持つて…

会員の皆様、明けておめでとうございます。当委員会の運営につきましても昨年同様ご協力頂きますよう宜しくお願い致します。当センター昨年末までの事故発生件数は前年度件数を上回っています。ひとつひとつは小さな事故ですが、やがて大きな事故に繋がるのではないかと懸念しております。

そこで年頭にあたり、より一層の『安全意識向上』を会員全体の合い言葉とし、事故の撲滅を共に目指しましょう。

（会員安全就業推進委員会）



所沢

自慢の写真



今年も縁起が良いで賞

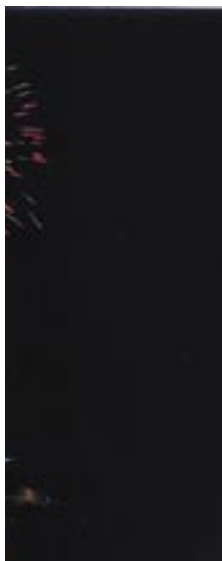
『だるま市』（所沢地区・斉藤金作さん）

久米・水天宮の正月恒例行事の1月5日には
だるま市で賑わう。昭和57年の正月風景。



もう一息、がんばりま賞

『まつりの合い間』（柳瀬地区・三富達也さん）
私達も疲れたのでひと休み。
アラ、おいしそうね。
そのおにぎり！



（ん）
も飛び発つ



近代建築も、お似合いで賞

『サクラとマンション』（小手指地区・手代木亮一さん）
春の真昼、航空公園から満開の桜と市街地に聳える4棟の
高層マンションに魅せられてシャッターを切った。



『航空記念公園のサクラ』（新所沢地区・浅井喜久次さん）
春の陽をあびて、大地にドツシリと根を下ろし
咲き満ちる桜。

夕日もうまく入ったで賞

『夕日に染まるオブジェ』（新所沢地区・吉原秀一さん）
所沢のシンボルでもある飛行（ファルマン）機が
旋回するオブジェが、沈み行く夕空に映える。



ついでに、お参りしま賞

『静 寂』（氏名不詳）
春の陽が差す朝の境内の静けさはわずかの間、花と安らぎを求め、
人々が訪れて賑わうことだろう。
ご応募ありがとうございました。この写真を提出して下さった方、
申し訳ありませんが事務局斉藤迄お申し出下さい。





↑ アングルが斬新で 賞

『祭りのメインストリート』(山口地区・粕谷 昇さん)
高層マンションの谷間を山車が練り歩く、出店と大勢の見物客で賑わう。視点を変えたアングルが面白い。



➡ 賑やかな飾り車で 賞

『お祭りの風景』(吾妻地区・阿部幸子さん)
恒例の「ところざわまつり」には大勢の子供や大人達が飾り車を曳きながら町中を練り歩く。

↓ 空気まで爽やかで 賞

『市役所通りのケヤキ並木』(吾妻地区・野呂秀男さん)
行き交う人の落葉を踏む擦れ合う音が、冬近しを感じさせる。



{ My 町 }

私の写した



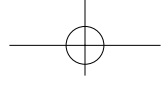
↑ 紅葉が艶やかで 賞

『紅葉の寺苑・多間院』(新所沢地区・浅井喜久次さん)
境内の色づいた落葉が絨毯のように敷きつめられ心を和ませてくれる。



↑ 咲いた大輪も見事で 賞

『夜空に輝く航空公園』(新所沢地区・吉原秀一さん)
迫力あるC46輸送機がライトアップされ、今にも飛ぶような雄姿。
遠くで夏の夜空に輝く花火が一層の彩りを添える。



おじゃましてーす

職場訪問記

(30)

秋草学園入校管理

小春日和とはこの日をいうのかと思ふ12月上旬の午後、所沢市泉町にある秋草学園短期大学を訪れた。

新所沢駅と航空公園駅の間、どちらから徒歩7・8分、線路沿いの道路に面した建物に大きく「秋草学園短期大学」の文字が目につき暖かな日差しを浴びた建物が見える。ここに我がシルバー人材センターから派遣された会員7名が働いていて、そのうちの4名が交替で入校者管理業務にあたっている。

このコラムの取材に快く応じて下さった新井・鈴木さんを守衛受付事務所に訪ねて、就業状況についてお聞きした。勤務時間は午前8時15分から始まり45分の休憩を挟み午後の3時15分まで、ここで交替し引き続き午後9時45分までが遅番勤務、やはり30分の休憩がある。この勤務形態を4人で月水金・火木土に輪番交替制で勤めているという。

毎日の通常業務は校門周囲の清掃、国旗・校旗の掲揚から始まり、学生・教職員の登下校時間帯での立

哨送迎、訪問客・納品・宅急便等の業者・高校生の見学等多様多様な来校者の受付対応、スクールバスの誘導等である。

お話を伺っている間も三々五々学生達が挨拶をして通り過ぎる。その都度、挨拶を返している「おはようございます」「さようなら」等々、二部の学生はなぜか登校時が午後でも「おはようございます」なのだそう。……何時の間にか交替勤務の時間になり制服に着替えてきた鈴木さんに、なお、話を聞かせてもらう。

いろいろな気象条件下で立哨や仕事中での苦労はと聞くと、「何もありません。夏と冬を比べれば冬の方が辛いかなあー、寒さ対策などカイロで対応している人も……それよりも若く明るい学生さんたちの元気な挨拶からエネルギーを貰います」という。

仕事の中で心がけていることがありますかの問いに「ここで働く他の仲間もみな同じと思いますが、訪問客は私たちから最初に学園の雰囲気を感じ取るわけですから、親切・丁寧をモットーにしています。いろいろな人の出入りがあり、世話を賑わした事件も気にしないわけではない

が、極力こちらから挨拶や案内の声をかけ、出入者の確認を行かないます」また「私達と学生さんたちとの接触は校門周辺の狭いエリア内だけです。この学園の校風は挨拶を大事にしていますから、まず挨拶に心がけます。社会人の先輩としても挨拶の大切さは知って欲しいと思いますから……」今は目を離している際も、向こうから挨拶してくれます」と言っていた。

話を交えて余暇の使用方法を聞くと「それぞれ皆さん色々やっているようです。ここは生涯学習センターにも近く、カルチャーや趣味に……」と言って多くを語らなかった。

勤務変更までして便宜をはかって頂いたことに礼を述べ、勤務風景を写真に撮らせていただいた。

ふと見ると玄関脇に、学園建学の碑が据えられていて、そこには「礼節・勤勉・協調」の文字が彫られていた。(粕谷記)



フリースペース

私の「此の1冊」

中央地区 鈴木 家得

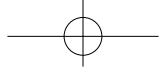


古びた本棚に大切にしている数少ない本の中の1冊に樋口一葉があります。購読のきっかけはやはり映画からでした。「大つごもり・十三夜・にぎりえ」の三部作で、久我美子の「大つごもり」は貧しさ故に奉公先の金に手を出してしまう、それを当家のドラ息子「自分が盗った」と庇ってくれる、そんなストーリーでした。

「十三夜」も「にぎりえ」も女の哀れさを切なく演じて涙を誘いました。終って明るくなった館内で友人とお互いの泣き顔に照れ笑いをしたものでした。本では特に「十三夜」が好きでした。自分も子を持つ親になって読み返すと若い時と違った感慨で胸に迫るものがあります。

新5千円札の顔になった一葉さんで思い出し、本当に久しぶりに頁をめくってみました。

栃木、東京、埼玉と移り住んだ50余年の歲月、ずーっとついてきた1冊です。



〔参考〕概要対照表

(平成16年3月31日現在)

	所沢市	三島市
設 立 年 月 日	昭和53年10月20日	昭和61年7月1日
人 口 (60歳以上人口)	336,150人 (73,539人)	113,089人 (28,185人)
会 員 数	男1,151人女443人 計1,594人	男412人女200人 計612人
平成15年度実績		
事業収入	617,531千円	437,881千円
就業実人員	1,261人	556人
就業率	79.1%	90.9%
福祉・家事援助サービス就業実人員	108人	70人



厳しい状況があることやコデイネーターの方(女性)の説明に自信と迫力を感じたこと等、参考になりました。また、他の事業に関する質問も交換させて頂きました。

去る11月4・5日に、役員・地区委員・部会委員、そして事務局による総員35名が静岡県三島市シルバー人材センターで県外視察研修を行いました。

当センター事業計画の中にあるように、就業機会の開拓推進は会員の増大と共に益々、充実・強化が求められています。内訳としては、高齢者社会が拡大するこれからの時代、事業所開拓と並んで、市民の生活援助である福祉・家事援助サービス事業について、充実を図るための研究をしなければならないと考えます。

役員等が県外視察研修を実施 事業部会 前田 元

事業部会では、今年度の重点推進事項のトップに掲げて、現在取り組んでいます。

今回訪れた三島市シルバー人材センターの実情は所沢市の約1/3ですが、小規模とは云え効率の良い活動、高い実績を有しているセンターと思います。特に、福祉・家事援助サービス事業は、他のシルバー人材センターからの評価も高く、このような見地から、この度の研修目的に選ばせて頂いた次第です。

所沢市シルバー人材センターの活動に無いものでは、育児支援事業を推進していること。コデイネーターの他に4名の推進委員を置いて取り組んでいること。

介護保険制度がスタートしてから

健康一ロメモ

保健師 和田喜美子



「エコノミークラス症候群」とは

最近、話題になっているのでご存知でしょうが、長時間の旅行をされる方も多いと思いますので、取り上げてみました。

医学的には「肺塞栓症」といい、飛行機の座席などに長時間じっとしていると起こり易い血栓(脚などの静脈に出来る)が肺の血管に詰まる病気で、発症者の15%が亡くなっている危険な病気です。中越地震の際、車内で避難生活した方に発症例が見られましたが、実際には肺塞栓症の多くは飛行機内よりも、手術後やベッドで安静にしているときに起こっています。原因は長時間動かないでいると筋肉が収縮せず、血流が滞って、血

た。三島市シルバー人材センターの皆様には、大勢で伺い大変なお世話をかけましたこと、誠に有り難く感謝申し上げます。

その他、往路の車中では事務局からセンター事業の理念、各部会・委員から今年度に於ける進捗状況の報告

告などがあり勉強になりました。

役員等と一緒に研修を行い、参考になる事柄が大いにあったと感じます。今後、それぞれの立場で所沢らしさを創造し、所沢市シルバー人材センターの発展に貢献されることを念じて報告いたします。

栓が出来易くなる為です。血栓が出来てしまうと、血流に乗って全身を巡り、心臓に戻って、肺に流れて、肺の血管を詰まらせるということです。突然の呼吸困難、胸痛、意識を失う等の症状があります。条件さえ揃えば誰にでも起こり得ますが、特に肥満の人、お年寄り、喫煙者等はリスクが高いといわれます。

予防としては1時間に1回程度座席を立て歩くこと、立てない場合は足首を動かしたり、足踏みをしたりします。又、水分が不足すると血液が濃くなり、血栓が出来易くなるので、水分をまめに補給します。アルコール飲料は利尿作用があるため、脱水の原因となり、水分補給には役立ちません。対策としては救急車で医療機関に運ぶことです。

市民フェステバルの報告

第25回所沢市民フェステバルが昨年10月30・31日の両日、所沢航空記念公園で開催された。

初日は一日中雨に祟られたが、翌日は天候に恵まれ、かなり賑わったものの両日で28万人の人数。雨の影響で例年の約7割弱という。

手作り作品の販売も雨にもめげず婦人部の活躍で全体で13万9千9百33円を売り上げることができた。

今回は、テント外に少々広げて、障子張りを再開、傘の修理実演も

《シルバー豆宣伝》

シルバー何でもランキング

シルバー登録会員は約1800名。平均年齢は、68.3歳（男性68.5歳、女性67.7歳）。現在1377名が就業され1ヶ月に提出される履行確認書は1800枚を超えています。そんな所沢市シルバー人材センターのちょっとびっくり驚きランキングです。

(平成16年12月調べ)

会員最高齢 ……………男性も女性も共に88歳
 最多年齢階層 ……………男性65～69歳516名
 (全体の29%)
 仕事別受注件数1位 ……植木剪定1216件
 (全体の54%)
 契約別見積額1位 ……所沢市からの受注
 公民館管理業務約4900万円
 民間部門見積額1位 ……西友小手指店からの受注
 商品の陳列・加工等作業
 約3900万円
 契約別就業者数1位 ……所沢市広報紙配布作業242名
 12月就業者最高齢 ……87歳
 最高在籍年数 ……………26年
 (すごい！創立1年目からの方です)

あつて、人寄せにも成果を上げることができた。また、トラック上での各団体PRには参加しなかったが、風船のサービス等で当センターのPRは十分に達成することもできた。

後日、実行委員会は婦人部役員・地区リーダーと合同で反省会を開いて、雨対策の備品準備、展示スペースの有効利用、出展のアイデア検討、会員参加の呼びかけ等、多くの感想や意見が活発に出された。次回、参加するための課題としてまとめられた。

(岩崎記)

薄学駄話

太陽を指標とする夏至・冬至・春分と秋分は、世界各地の古代文明に共通した区切りの日でした。現在は古来の季節感と暦とが一ヶ月程ずれましたが、明治6年以前は冬至と春分の中間に位置する立春前後を一年の始まりとする自然のリズムに合わせた暦の生活でした。

江戸時代、長崎の出島にいた外国人はグレゴリオ暦を用いていたので新年祝賀会（陰暦の12月初旬）に招かれた日本人はこれを「オランダ正月」と呼んだそうです。

時刻も陽のある内が昼で暮れば夜、昼夜其々を6等分し一刻と計る不定時法でした。同じ一刻も夏至の昼は約2時間40分、冬至の頃だと約1時間50分、夏至の夜は約1時間20分でした。時給計算するのは難しいかもしれませんが、仕事を始めるのも終わるのも同じ時刻は同じ明るさなので、ある意味石油や電気の無い究極の省エネ生活を実践する為の時刻制度だったと言えます。24時間営業しているスーパーのある今、規則正しい秩序を刻む定時法ではなく、太陽と季節が織り成す自然の合理的なリズムで「時」を見直してみてもどうでしょう？

(斎藤記)

お知らせ

【健康相談日】

・2月1日(火)午後
 ・3月1日(火)午後
 ・4月1日(金)午後

あとがき

何十回も迎えた新年ですが、あらためて「希望」の持てる年を祈ります。昨年、地震や台風で被害を受けた地方の方々も今年こそは立ち直ってほしいものです。

新年号特集として、所沢にちなむ写真を募集しましたが、沢山のご応募を有り難うございました。広報部会員の独断で、数点掲載させて頂きました。わが「まほろばの地」所沢の数十年を俯瞰するよすがにして下さい。

会員の増えた割には仕事の量に限りがあり、仕事の分かち合いが必要になってきました。賢明な方策を探って参りましょう。

(島記)

