シルバー とくしま

No.131
（春季号）

「四国88カ所霊場巡り」

©徳島市

会員数　令和5年（3月1日現在）	
男性 786人 女性 509人	計 1,295人

人間には88の煩悩があり、四国霊場を八十八ヶ所巡ることによって煩悩が消え、願いがかなうといわれています。

当センターでは徳島市国府町の「國分寺」「観音寺」「井戸寺」で納経書きや境内のお掃除等の仕事を長年受注しています。

編集・発行　公益社団法人　徳島市シルバー人材センター　シルバーとくしま編集委員会
事　務　局　〒770-0024　徳島市佐古四番町12-10　TEL 088-653-6262　FAX 088-653-0324
ホームページ　http://www.tokushima-sjc.jp/

センターからのお知らせ

「定時総会」開催のご案内

令和５年度の定時総会を６月５日（月）に開催する予定です。社団法人としての最高決定機関であり、会員の皆さまひとりひとりが直接参加でき意見を反映させることのできる機会です。一昨年から新型コロナウイルス感染予防の観点から、出席者の人数を絞り込み、会員の方々には代理人への委任、または書面決議による参加をお願いすることがありましたが、本年は現時点では、通常開催を予定しております。感染症対策から、開催方法等の変更がある場合は、別途ご案内させて頂きます。

○開催日時（予定）
令和５年６月５日（月）
午後１時から　講演会
午後２時から　定時総会

○開催場所（予定）
あわぎんホール
（徳島県郷土文化会館）

※なお、定時総会の案内状は５月下旬にお手元に届く予定です。是非ご参加くださるようお願い申し上げます。

友人・知人をお誘いください！

会員拡大キャンペーン中！

（初年度のみ年会費無料）　※新規入会者対象

徳島市内在住で、健康で働く意欲のある 60 才以上の方をこの期間中にぜひ、お誘いください。ライフスタイルに合った多種多様な仕事があり、経験を生かすことも、新たな職種に挑戦することもできます。

■入会説明会（要予約）Tel 088-653-6262
毎月第２・４水曜日午後２時～センター２階会議室

※詳しくは別添チラシをご覧ください

配分金基準単価の見直し（令和５年４月１日より）

従来より、当センターの配分金単価は、最低賃金の上昇を見越した上で３年ごとの見直しを行っておりましたが、ここ数年、最低賃金の大幅な引き上げが続いており、昨年の 10 月には徳島県最低賃金が前年比 31 円増の 855 円となりました。

また、今後におきましても、本年同様、最低賃金の大幅な改定が見込まれることから、当センターの配分金基準単価は最低賃金をベースに毎年改定するものといたしました。（令和４年９月 22 日第４回理事会にて決議）

改　定　前	改　定　後
830 円～	855 円～
令和２年４月１日適用	令和５年４月１日適用

配分金基準単価改定は、特に徳島県最低賃金を下回っているものについて同水準まで引き上げることを目的としているため、技能職等の配分金基準単価については、改定しておりませんのでご了承ください。

【配分金基準単価見直しに係る基本事項】
1．配分金基準単価の見直しは、毎年の最低賃金改正をベースとして、契約年度を基準に毎年見直しします。
2．技能職等の配分金基準単価については、徳島市内等の経済情勢を考慮して適宜検討します。
3．受注業務が相当数の会員の確保に繋がる等の場合は、弾力的に対応できるものとします。

安全・適正就業委員会から

草刈講習会の実施について

日程　令和５年２月 22 日

徳島市考古資料館にて、草刈機を使用した安全講習会を開催しました。講師・受講生 15 名で午前９時 30 分よりスタートし、安全機器の種類や取り扱い方、草刈機のメンテナンス方法や使用時の注意点などを主体とした座学を前半に行いました。後半は実際に機械を使い刈り込み作業を体験して作業を行う上で気を付けることを学びました。

草刈機は受講生で操作し難しさや安全な作業の仕方を体験してもらいました。また、ナイロンカッターやチップソーによる飛び石事故が多発していたこともあり講師の皆さんもかなり気を付けながら指導してくださいました。

今年度は昨年に比べ事故件数が激減するなど安全対策を徹底して行っています。これから使い始める会員の皆様にも安全を一番に意識していただけるような講習会になりました。

職域組織活性化委員会から

剪定班ランクアップ研修会報告

日程　令和５年２月 14 日（火）～ 17 日（金）の４日間

令和５年２月 14 日（火）より、４日間で剪定のランクアップ研修会を実施しました。前回同様に始めの２日間は、川内町の春日神社で松の剪定を行い、残りの２日間は、国府町の徳島市立考古資料館にて雑木の剪定を行いました。

研修参加者は８名であり、指導員の班長５名より剪定方法だけでなく、安全対策に関することなど、たくさんのアドバイスを受け、研修に一生懸命取り組みました。

剪定ランクアップ研修会は、年２回実施しております。剪定をしたことがなくても剪定に興味ある方は、ぜひランクアップ研修会にご参加ください。次回は９月頃を予定しております。

女性活動推進委員会から

「整理・収納講習会」に参加して

八万北地区地区長　吉岡　文子

２月16日、17日に開催されましたシルバー人材センター主催の「整理・収納講習会」に参加いたしました。と申しますのも断捨離・終活の言葉は耳が痛いほど聞いておりますが、独り住まいでありながら荷物は増えるばかり、減ることはありません。

この機会にどんな方法で整理整頓が出来るのか楽しみに受講しました。台所はシステムキッチン、吊戸棚、シンクに分けて説明して下さり、動線に沿って使用頻度、高さ、重量に合わせ片付け収納スペースを有効に活用することを再認識しました。

部屋も押入れ、クローゼットと各家庭の様式に合った収納の方法を教えて下さいました。丸新やそごうのオープン当初に購入した衣類が沢山あります。これらを不要と不用に分類し、不用品は処分し減らします。講師先生の教えを参考に少しでも実践できればと思います。とても有意義な講座を開催して頂き心より感謝申し上げます。

地域ふれあい教室報告

バター作り

令和４年度第５回の「地域ふれあい教室」を、２月18日（第３土曜日）参加者13名で行ないました。

容器は、500ccの空ペットボトルを使用しました。生クリーム（動物性）２に対し、無調整牛乳１を入れます。そして、ただ振るだけと、必要なのは体力のみという簡単なもの。ゆえに仕上りには、個人差がありました。コーヒーと、フランスパン、クラッカーに、作り立てのバターをつけ楽しんでいただきました。仕上がり時に出来る分離した、上澄みも飲み、その美味しさも味わって貰いました。ご夫婦で参加していただき主人に、容器を振る手助けをいただき、大いに助かりました。

バターの作り方

〈材　料〉
★牛　乳（成分無調整）
★生クリーム（動物性）
★クラッカー

① 容器に生クリーム２　牛乳１の割合で入れる。
② 容器を上下に強く振る。（約５分）
③ 音がなくなる（クリーム状になる）
④ バターと低脂肪乳に分離する。（二度目の音がしてくる）
⑤ 上ぶたを持って30回～40回円くまわす。
⑥ 分離して出来た低脂肪乳をお飲み下さい。
⑦ クラッカーに出来上がったバターをつけてお召し上がりください。

四国八十八ヶ所巡り㊶

第六十一番梅檀山　香園寺（こうおんじ）

当山は用明天皇の勅願によって聖徳太子が建立され、天平年間には行基菩薩が、大同年間には弘法大師が留錫された霊刹である。

大師は麓で旅の女人が難産で苦しんでいるのを見られ、秘法の加持をされると女人は男の子を安産した。女人成仏、安産、子育て、身代りの四大誓願を立てられ、瑜珈勝上の秘法を伝えられたので子安大師と呼ばれる。

場所　西条市小松町

令和5年度

地域ふれあい教室ご案内

第3土曜日　10時から　年6回開催しています。
どなたでも参加できます。お気軽にお越しください。

（新型コロナウィルスの蔓延の場合は中止する場合があります。）

1　5月　シフォンケーキ作り

美味しいケーキとコーヒーで頑張っている自分にご褒美をあげませんか。

必要物【エプロン】

※要申込

講師：平尾会員
受講料：1人500円
開催日：5月20日 10時～12時

2　6月　写真立て

オシャレな写真立てに懐かしい写真を飾って昔を懐かしがりませんか？

必要物【ペンチ】

※要申込

講師：乃一会員
受講料：1人500円
開催日：6月17日 10時～12時

3　10月　小物入れ

可愛い小物入れ、小銭入れ、イヤリングなど失くしたら困りそうな10人10色の使用方法が！！必要物【裁縫道具、家にある布】

※要申込

講師：細川会員
受講料：1人300円
開催日：10月21日 10時～12時

4　11月　色抜き

色抜きで少しオシャレなテーブルクロスをつくってみませんか。センスでほかの人たちと差をつけて。

必要物【色無地の布、夏野菜(ﾋﾟｰﾏﾝ･ｵｸﾗ・ﾚﾝｺﾝ等)】
※要申込

講師：西川会員
受講料：1人500円
開催日：11月18日 10時～12時

5　2月　鉢作り

今流行りの草花、多肉植物など作った鉢に入れて飾ってみませんか。

必要物【ｴﾌﾟﾛﾝ、ピンセット】※要申込

講師：西川会員
受講料：1人400円
開催日：R6年2月17日 10時～12時

6　3月　リフレッシュ体操

人生残りの10年を健康にいられるかは毎日の過ごし方にかかっているらしい。目標を持って頑張ろう自分！

必要物【動きやすい服装、タオル】※要申込定員12名

講師：ｶﾙﾁｬｰ講師 西田茂子先生
受講料：1人300円
開催日：R6年3月16日 13時半～

※材料等の関係で予定内容が一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

公益社団法人 徳島市シルバー人材センター
お申込み、問合せはTEL088-653-6262　住所 徳島市佐古四番町12-10
開催場所は上記当センター事務所 1F 多目的室です。 駐車場有。 当日の連絡先：090-8287-1139 西川まで。

地区紹介

こんにちは 昭和地区です

地区長　森　文二

『縦の糸はあなた、横の糸は私・・・中島みゆき』『絆、紡ぐ』

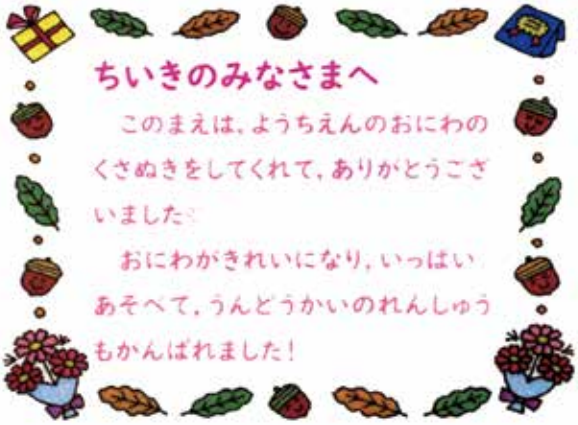
３年ぶりに地区総会と草刈りボランティア活動実施。総会の出席者が40％越えで嬉しかった。草刈りは、幼稚園が本年度で廃園！園児より感謝の記念写真を戴いた。地区では、ハローズ・びっくりドンキー・スタバが開店し賑わっているが、昭和町の今年の人口が一万人を切り、町の過疎化が進行している。

徳島は高齢者の一人暮らし、二人暮らしが増加、近所づき合いの出来る知り合いを増やし、地区コミュニティに問合わせをし、町内運動会、お祭り、防災、文化教室等の行事に参加しよう。また、近所の民生委員を知っておけば、色々相談できお世話をしてもらえる。今病気で入院すると、面会謝絶、私も３回入院した。スマホが使えると、家族の顔が見えるのに、私は使えなかった。元気で長生きが一番である。

今年こそシルバー人材センターの旅行、親睦会が開催できればいいと思う。

あなた達も私達も徳島市民で同じシルバー人材センターの会員の仲間、街で会ったら声をかけあいましょう。

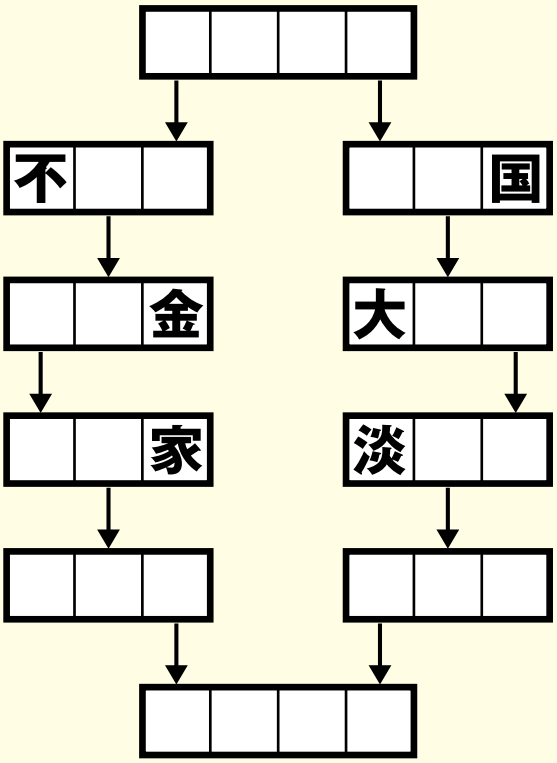
しょうわようちえんより



次回は渭東地区です。

漢　字　ク　イ　ズ

★上の４字熟語から３字熟語を通って、下の４字熟語までリストの漢字を使って、リレーをします。矢印がつなぐマスには、同じ漢字が入ります。最後にリストに残った漢字でできる、２字熟語を答えてください。



リスト

物　意　本　水　資　副　気　衆　山

画　投　場　見　遊　合　市　魚　産

解答欄

応募者（シルバー人材センター会員）のうち正解者15名の方に抽選で図書券を差しあげます。（応募締切４月30日）

前回の漢字クイズの解答

気

正解者27名のうち、厳正な抽選の結果15名の方に図書券をお送りしました。

人事異動

○退職

再雇用職員

西原　有重

この度３月31日をもちまして定年退職いたしました。

顧みますと39年余り永きにわたり、会員皆様からのご厚情に支えられ大過なく勤めさせて頂き心からお礼申し上げます。

○新規採用

就業提供推進員

稲見　愼一

就業開拓推進員（事務）

有井　秀代

事務局からのお知らせ

令和５年度会費納入について

センター会費２千円
会員互助会費１千円
の合計３千円となります。

配分金からの控除

受託事業（請負・委任）就業者については、令和５年度会費を配分金から控除致します。

年会費は毎年４月末迄の納付期限の為、３月分配分金（４月口座振込）分から控除することになりますので、配分金明細書でご確認をお願い致します。

コンビニ払い

なお、３月分配分金が３千円未満の方や派遣事業就業者については、コンビニ払いの請求書（圧着ハガキ）を送付致しますので、４月末までに納入をお願いします。（コンビニ払込手数料１１０円）

４月履行確認書提出について

ゴールデンウィークは事務所休業となりますが、４月分提出は５月２日（火）までにお願いします。休業のある就業先については事前作成を依頼しておいて下さい。郵送、ＦＡＸ、ポスト投函を活用下さい。

配分金等支払日について

●３月就業分
４月20日（派遣）
25日（受託）

●４月就業分
５月19日（派遣）
25日（受託）

●５月就業分
６月20日（派遣）
23日（受託）

新型コロナウィルス感染症最新情報について（産業医の先生からのアドバイス）

政府は、今年５月８日に季節性インフルエンザなどと同じ「５類」に移行する方針を正式に決定しました。

○「５類」移行で変わること

・政府の行動制限不可。
・医療費は当面公費負担。
・マスク着用は、団体・個人の判断。
・ワクチン接種は、必要な接種に関しては自己負担無し。

但し、高齢者に関しては死亡リスクが高い為に引き続きの警戒が必要です。「５類」に移行することにより、対策が緩くなってくると思われますが、引き続き、

・体調が悪い時は早めの養生、無理をしないで休む・人が集まるところでは気をつける・人に移さない

以上のことを心がけて守っていくことが大切です。

マスクの着用について

シルバー人材センターは高齢者の集団になりますので、マスク着用については引き続きの警戒が必要と考えています。

○派遣事業就業者については、派遣先企業の方針に準ずることになります。

○受託事業（請負・委任）就業者については、訪問時や打ち合わせ時にはマスク着用を推奨しますが、屋外作業就業時については、原則不要とします。但し、屋内作業就業時については、他の人と一定の距離がとれるケース以外はマスク着用を推奨します。その他、就業先での対応は発注先の方針に従って下さい。

なんでも相談日

毎月第１・第３火曜日
９時～４時

就業等なんでもご相談ください。事務局長が対応します。予約されると確実です。

スマホ教室開催

1月23日（月）
はじめてのスマホ
1月24日（火）
スマホでカメラを使おう
1月25日（水）
スマホでマップを使いこなそう

今まで何度かあったスマホ教室、申込んではハズレてばかり、今回は、運良く受講することができました。

ガラケーも持ったことがなく、全くの初心者の私が使えるのは電卓とアラームのみ。勿体ないと云われていました。

初日は、先ず電源の入れ方、切り方、これは知っていました。30％くらいになったら充電することや、本体をより良い状態に保つ為に、月に一度くらいは電源を切って再起動させること、マナーモードの設定など。

有難かったのは、大きな文字の資料をくれたこと、機種が違うのでその通りには行きませんが、すぐに忘れてしまう身には嬉しいことでした。

ドコモ田宮街道店の講座もあり、機種は何でもＯＫで定員は５名、もっと勉強したい人にはお勧めです。

俳句・川柳

○長閑（のどか）さや　木陰で寝込む　車椅子

○入学児　登校下校　一人道

○野良仕事　麦稈（わら）帽子も　色失せり　大黒　昭義

○春一番　向かい風だよ　チャリを漕（こ）ぐ

○寒梅や　蕾（つぼみ）盛り上げ　時を待つ　橋本　守正

○岳父描く　郷の里山　若緑

○龍がごと　延びゆく蔦の　葉の若さ　田中　章夫

○時間待ち　スマホのおかげで　苦にならず

○安全に　使うスマホに　暗証番号

○知らぬこと　スマホに問えば　すぐ応（こた）え　橋本　京子

ギャラリーコーナー

提供　細川多美子（川内）

編集後記

桜の開花が広がり、一年で一番いい季節となりました。

新型コロナの感染症が、やっと落ちつきました。暗いばかりの３年間でした、明るい話題に変わってほしい。180°が無理なら、90°でも、10°でもよい。

何もかも止まっていた貴重な３年間を、少しでも返してほしいと思います。

シルバーとくしま編集委員会
委員長　西川　敬子
藤原恵美子
橋本　京子
多田　範子