# シルバー とくしま

No.138
（秋季号）

写真　アオノリュウゼツラン/吉岡文子さん撮影

| 会　員　数　令和7年度（8月1日現在） | | | |
|---|---|---|---|
| 男　性 | 782人 | 計 | 1,350人 |
| 女　性 | 568人 | | |

## 互助会親睦旅行のお知らせ

親睦旅行の参加ご希望の方は事務局までお申し込みください。※詳しくは別添チラシをご覧ください。

**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　https://www.tokushima-sjc.jp/

# 問屋町作業所（仮称）オープン！

## 7月11日竣工式を開催

徳島市問屋町34番地に、問屋町作業所（仮称）がオープンしました。佐古事務所が手狭になり、会員活動の場を他に設けることは長年の懸案事項でした。

１階西側は表装班、１階東側はメンテナンス班の作業所となり、２階はふれあい教室や同好会の活動の場となります。是非ご活用お願いします。また、建物前の駐車場は表装班、メンテナンス班用となりますので、車でお越しの際は、繊維卸団地内の駐車場をご利用ください。

問屋町作業所（仮称）外観

## 名称募集

親しみやすい名称をつけ、利用促進を図りたいと思います。左記から選択するか、独自のネーミングのご応募お待ちしております。（応募者の中から抽選の上、３名の方に粗品をプレゼント！）

1、仕事サロン問屋町
2、いきいき広場
3、ふれあい工房
4、まごころルーム
5、お仕事工房問屋町
6、つながり庵
7、陽だまりサロン
8、スキルひろば
9、集いの間（ま）
10、和（なごみ）の家

## 応募方法

（9／30締切）

会員番号
お名前
名称（1～10から選択）
（　）番、または、
考案した名称
（　　）

※ご応募は事務所へ持参か郵送で

# 安全・適正就業委員会から

## 屋外作業安全講習会を開催

徳島市考古資料館にて、屋外作業における安全な作業方法を学ぶため講習会を開催しました。昨今の気候変動による影響で、今後も暑さが激甚化する恐れや夏の期間が長期化する可能性があります。そのような中で屋外の作業は十分に気を付ける必要があり受講生 46 名講師４名で対策について勉強しました。

効率よく作業を進めるため草刈機の種類や取り扱い方、簡単な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。併せて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。

最高気温が 35 度を超える日も珍しくない状況では熱中症対策は必須となっており、作業日前からの情報収集や体調管理、体温を下げるための道具などを体験しながら学びました。

また、スマートフォンでアプリを使用し、現場から作業後写真の送信や、就業情報の閲覧など時間短縮の便利な機能を紹介しました。

熱中症対策として、環境省が“暑さ指数”や“熱中症アラート”など毎日発表してくれています。併せて“空調服”や“アイススラリー”などを利用し、表面体温だけでなく深部体温を下げる工夫をすることで熱中症リスクを下げることができます。一番は体調管理ですが、様々な予防対策を行うことで、安全な屋外作業をこれからも続けていきましょう。

## メンテナンス班を新設しました

この度、シルバー人材センターでは機器の安全性向上と長寿命化を目的として、メンテナンス班を新たに設立いたしました。

**担当会員のご紹介**：西岡和義さん・井内利夫さん

お二人が、ローテーション体制で作業を担当いたします。これにより、継続的で安定したメンテナンス体制を実現できます。

**主な作業内容**：センター所有の刈払機・芝刈機をはじめとする各種機器の定期点検、修理作業を行います。日頃の細やかなメンテナンスにより、機器を常に良好な状態に保ち、作業中の故障やトラブルを未然に防ぎます。

会員の皆様へ　メンテナンス班の活動により、会員の皆様にはより安全で使いやすい機器をご提供できるよう努めてまいります。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

# 令和７年度 定時総会開催される

令和７年６月17日（火）午後１時30分よりあわぎんホール（徳島県郷土文化会館）４階大会議室において公益社団法人徳島市シルバー人材センターの定時総会が開催されました。

総会においては、決議事項として

●令和６年度事業報告、決算報告の承認
●監査報告
●役員選任の承認

報告事項として

●令和６年度補正予算の報告
●令和７年度事業計画及び収支予算の報告

を全会一致で議決しました。

総会閉会後、互助会総会が開催され、全会一致で議事が議決されました。

## ◎会員表彰

### ○20年在籍（13名）

西内　和代（東西富田）
大宮壽美代（八万北）
向井二六年（名東）
岡田　益美（八万北）
橋本　守正（渭東）
多田　重夫（沖洲）
瀧井　勝利（川内応神）
相原　康男（渭東）
稲井　幸子（勝占多家良）
多田　繁行（東西富田）
近藤　奉行（川内応神）
木村　節子（入田上八万）
河野　弘幸（八万北）

### ○15年在籍（28名）

小林　清照（国府南）
尾崎　悦子（昭和）
出張　哲雄（川内応神）
青山　純子（名東）
森江　啓文（渭東）
森本　正（八万北）
藤田　裕幸（渭北）
三原　数雄（渭東）
佐藤　和子（昭和）
森　文二（昭和）
大山　貞夫（八万北）
佐野　勇（名東）
向井　和子（川内応神）
田村　農（渭北）
元木　俊夫（加茂名不動）
山部　高廣（加茂名不動）
岩原　富子（津田）
斉村　瑞子（渭東）
内藤　博吉（津田）
宮本カズ子（加茂）
堀江　敬子（渭北）
小山　政明（八万南）
坂東　広江（勝占多家良）
森　敏夫（東西富田）
長井喜代一（名東）
細川多美子（川内応神）
細川　善夫（川内応神）
木崎　節子（名東）

### ○10年在籍（66名）

山本　文昭（加茂）
友成　清（渭北）
稲井　美文（名東）
林　二男（佐古）
乃一　馨（渭東）
竹中　勇（川内応神）
山住スミ子（昭和）
森本　巖（勝占多家良）
臼井　邦子（佐古）
西山　栄（川内応神）
岩本　雅夫（渭東）
宮崎美知子（佐古）
福島　克治（渭東）
坂東　正（国府南）
大和　照子（昭和）
白川　文雄（渭東）
山田　重明（渭東）
眞佐　好信（勝占多家良）

高橋　秀文（八万南）
真貝　政宜（国府北）
大和　幸蔵（八万南）
白野　民子（加茂）
和田ユキ子（昭和）
大家　京子（勝占多家良）
妙玄　和子（加茂）
藤本　光子（沖洲）
松村　義男（川内応神）
西口　秀作（佐古）
押栗　立明（津田）
木内　弘子（渭北）
盛　町子（国府南）
田中万壽子（津田）
前川　愛子（佐古）
沢野　利次（勝占多家良）
寺井　正勝（勝占多家良）
河野　一郎（名東）
森脇　栄子（川内応神）
前田　裕三（佐古）
藤田　信仁（加茂）
中村　慶次（八万南）
野根　誠一（渭東）
瀬部　満子（渭北）
増田　公（加茂名不動）
東山　信仁（八万南）
脇　みち子（川内応神）
西　フサ子（名東）
沢口　英雄（勝占多家良）
梶﨑　時夫（沖洲）
石川　明（勝占多家良）
岸本　泰史（川内応神）
千棒　久代（佐古）

沼島　英紀（渭北）
峯野　伸一（津田）
庄野　英機（川内応神）
橋本　敬子（佐古）
楠本福久美（加茂名不動）
網谷　義成（加茂）
定本　嘉和（津田）
山﨑　公雄（川内応神）
河野　正幸（渭北）
尾方　保（入田上八万）
森川　洋一（名東）
坂西　祥子（津田）
秦野　薫（勝占多家良）
田中さよみ（勝占多家良）
竹森喜美代（佐古）

## ◎優良地区表彰

**川内・応神地区**
地区長　出張　哲雄
会員数　105名

## ◎優良職域班表彰

**室内作業班**
班　長　河原貴美子
会員数　10名

## 新役員紹介

理　事　青木　英樹
理　事　西山　浩市
監　事　佐藤　一秋

## 令和７年度 連合会定時総会で センター会員表彰される。 河野弘幸さん 功労表彰！

６月20日（金）徳島県シルバー人材センター連合会の定時総会において、河野弘幸さんが会員功労表彰を受彰され、同時に当センターも優良シルバー人材センター表彰を受彰しました。

# 俳句・川柳

○曳舟の　瀬戸の白波　半夏生
○精霊や　山犬嶽の梅雨明ける
○やまももの　何とも言えぬ　初味覚
大山　貞夫

○夏の変　千客万来　参院選
○涼風や　空一杯の　花火見て
橋本　守正

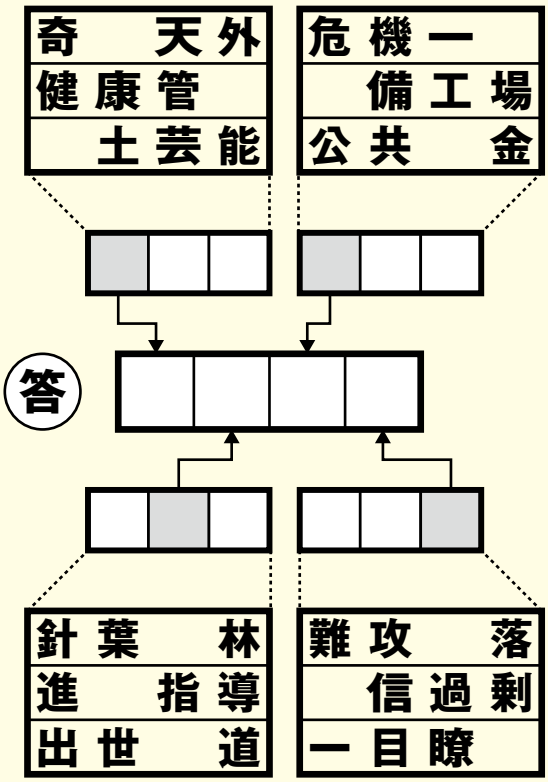
○炎天の　色鮮やかに　傘の花
○街中の　陰をもとめて　夏遍路
きょんさん

○早朝の　海苔舟低く　帰りいて
○花好きの　義父が遺せし　七変化
吉田　美汀

○雨降れば　土砂降りとなる　夏の雨
○カムチャッカ　津波騒ぎの　炎天下
びざん

○雨に負け　風にも負けて　80才
○米高値　賢治を真似て玄米食　むかし小町

# 漢　字　ク　イ　ズ




★まず、各ブロックごとに推理して空欄をうめ、３つの４字熟語を完成します。次に、その漢字を使って、それぞれ３字熟語を作ります。アミマスの漢字を矢印が指すマスに入れるとできる、４字熟語が答えです。

**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９月30日）

**前回のクロスワードの解答**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| キ | ュ | ー | サ | イ |

正解者24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。

## 四国八十八ヶ所巡り㊻

第六十六番巨鼇山　雲辺寺（うんべんじ）

桓武天皇の延暦８年、弘法大師16才のとき、この山に登られ、一宇を建立して開基した。のち大同２年、嵯峨天皇の勅を奉じて再び留錫されて千手観世音菩薩を刻んで本尊として安置された。

往時は七堂伽藍、12坊、末寺８ヶ寺を有し、阿讃予の関所で、海抜１０００m、四国寺院中最も高く、老樹茂り、仏法鳥の声をきく。

天正年間、長曽我部元親ここにのぼり、脚下に広がる山河を望み四国併呑の志を起したという。

場所　三好市池田町

地区紹介

## 川内・応神地区です

地区長　出張　哲雄

今年度の地区ボランティアは、昨年度の地区総会で審議・決定の通り、６月21日、７時30分より川内地区は川内公民館・応神地区は応神コミセンの２ヵ所で植木の剪定等を、参加者43名で実施しました。時間調整が付かない人は、５時30分から剪定をしました。

地区総会は川内公民館で同日に開催し、参加者40名の予定でしたが、応神地区の移動が遅れた為、帰られた人もいました。

徳島市シルバー人材センターからは、渡辺理事長と河野事務局長が来賓として出席して下さり今年度のシルバー定時総会で優良地区表彰を頂いたので、細川地区班長に表彰状を渡して頂き、その後、議案書通りに審議し、議決を得て地区総会は終了しました。

渡辺理事長から全国シルバー人材センター事業協会の研修資料と「健康管理は自己管理」等の講話をして頂きました。最後に、日頃お会いする機会が少ない理事長と事務局長が出席されていたので、会員の皆様からの意見・要望等を提出し理事長・事務局長から回答を頂きました。

質問の中には「次年度も事務局長に出席願い回答を頂けたらな！」の声もありました。

## スマホ教室を開催します

### 高齢初心者向けスマホ教室参加者募集

スマートフォンの使いかたを一から学び、日常生活やお仕事に活用するコツを学びましょう。

**日時**

■第１回　10月20日(月)・21日(火)・22日(水)

■第２回　11月17日(月)・18日(火)・19日(水)

各午前９時30分～11時30分まで

**申込方法**

第１回か第２回のいずれか選択の上で電話申込。

☎０８８（６５３）６２６２

**その他**

●各先着10名。

●スマホ貸出あり。

●すべて無料です。

●全日程参加できる方。

## 配分金等支払日について

●８月就業分　９月19日(派遣)　25日(受託)

●９月分　10月20日(派遣)　24日(受託)

●10月分　11月20日(派遣)　25日(受託)

●11月分　12月19日(派遣)　25日(受託)

## Smile to Smile

### 会員サイト「Smile to Smile」登録はお済みですか？

スマホからいち早く大事なセンター情報をチェック！

**●センターからのお知らせ**

**●就業情報　●配分金明細**

などが確認できます。

まだの方は、お電話の上、事務所へ来所ください。登録を補助します。（９時～12時、13時～16時まで。）

### ポイント制度開始！

シルバー事業に参加し、ポイント獲得。獲得ポイントは次年度会費に使用できます。

（５００ポイント単位・２月までに申請が必要です。）

別添チラシに詳細が記載されていますので、ご確認の上、早速「ポイ活」をスタートしましょう！おすすめは、会員紹介５００ポイントです。

１ポイント１円相当です。もう２０００ポイント以上貯めている方もいるようですよ。

## 健康管理

**ちょっと心配な認知症。**水痘・帯状疱疹ウイルスや、ヘルペスウイルスによる炎症が、神経や血管に影響を与え、『アルツハイマー型認知症』の発症リスクを高めることが、明らかになっています。

徳島市健康長寿課からのお知らせで令和７年度から、『帯状疱疹ワクチン』の定期接種の対象に65歳以上の人がなっています。令和11年度まで、５年間の経過措置として、年度内に、70、75、80、85、90、95、100歳となる方も対象です。その年度接種期間を逃すと、任意接種（全額自己負担）になります。『ワクチン』も２種類あり、接種回数や、２回目接種との間隔などの点で、「遅くとも１月末までに完了して下さい」とのこと。かかりつけ医に相談してみましょう。

### 『老眼は眼の老化現象　認知症の原因にも!?』

老眼を我慢して、周りのものがよく見えない、本・新聞も読まなくなると、脳が受け取る情報が少なくなり、認知機能の衰えにつながります。

☆眼で見て脳で認知

☆眼は生まれ変わる

目やには、古い眼の細胞。生まれ変わっている眼は栄養を必要としている。

☆軽い運動

眼の毛細血管の血流を良くし、糖尿病の失明防止に、血糖値を下げる効果大。

☆猫背は老眼を悪化する

スマホは、30㎝離す。

『認知症予防』をして、100歳を目指して、脳も健康に保ち社会とつながっていきましょう。

## ギャラリーコーナー

デッサン
松本　啓子

バッグ（畳のへり）・（半巾帯＋畳のへり）
小林　信子

ソウタシエ（ブローチ）　ソウタシエ（ネックレス）
安東マリ子

## 編集後記

日本列島、40度超えの酷暑日皆様には、お変わりございませんか。私達が育った頃、30度超えがめずらしい時代だったように思います。とにかく、自身の体調を整え、この暑さを乗り切りましょう。

「シルバーとくしま」のギャラリーコーナーに、ご投稿ありがとうございました。興味を持ち、読んでいただけるよう、皆様のお力をお借りしていきたいと思っております。ご協力よろしくお願いいたします。

シルバーとくしま編集委員会
委員長　平尾　京子
藤原恵美子
橋本　京子
安東マリ子
松本　啓子