



# シルバーかしわら



プロジェクション  
マッピングのダイ  
ジェスト映像がご  
覧いただけます。

亀の瀬トンネル内プロジェクションマッピング  
「日本遺産『龍田古道・亀の瀬』光の旅路」



ハーモニカ  
幸 & イエローバンド  
「少年時代」

## 第78号

### 発行

公益社団法人  
柏原市シルバー人材センター  
大阪府柏原市安堂町1番55号  
TEL 072-972-1583  
FAX 072-971-8892  
<http://www.kashiwara-sjc.net>

## 目次

- ・令和5年度定時総会報告 ..... (2・3)
- ・安全対策委員会から ..... (4・5)
- ・いきいき広場(会員の投稿) ..... (6)
- ・smile to smile 会員専用サイト OPEN! ..... (7)
- ・お知らせ・編集後記 ..... (8)

# 令和5年度 定時総会を開催

6月14日（水）に公益社団法人柏原市シルバー人材センターの令和5年度定時総会が柏原市民文化会館（リビエールホール）において開催されました。



笠井理事長のあいさつ

今年度も昨年度に引き続き会員の皆様に書面決議をお願いしたうえで、の開催となり、当日出席者及び議決権行使者、委任状提出者合わせて374人で、総会員数469人の過半数を満たしており、総会は成立しました。

当日は、笠井理事長の挨拶

に続き名誉会長でもある富宅正浩市長の祝辞の後、ご来賓の新屋広子市議会副議長、藤井寺公共職業安定所林耕司所長からご祝辞をいただき、大坪教孝市議会厚生文教委員長の紹介に続いて、会員表彰を行いました。

次に、議長に会員の



富宅市長の祝辞



大田和夫議長

夫氏を選出し、定足数の報告及び議事録署名人の選出の後、議案の審議に入り「議案第1号令和4年度事業報告について」、「議案第2号令和4年度収支決算報告及び監査報告について」、「議案第3号役員（監事）の選任について」、「報告第1号令和5年度事業計画について」、「報告第2号令和5年度収支予算について」及び「報告第3号令和5年度資金調達及び設備投資の見込みについて」の議案3件、報告案件3件を順次審議し、いずれも異議なく原案通り、可決・承認され定時総会は閉会しました。

## 令和5年度 会員表彰

○永年表彰  
正会員として20年以上在籍し、その間毎年1回以上就業された方

清原源治・藤村昌幸  
大西ひろ子・竹中久起  
堤 哲男



清原さん 藤村さん 笠井理事長 大西さん 竹中さん 堤さん

## 新役員紹介



監事（市財務部長）

石橋 敬三

## 理事長あいさつ



理事長  
笠井 和憲

た笠井和憲でございます。このように皆様の前でご挨拶をさせていただきます。初めましてでございます。今後、理事長として全力で頑張つてまいりますので、皆様方の絶大なるご協力をお願い致します。

さて、当シルバー人材センターにおきましても、ここ数年は新型コロナウイルス感染症の波に襲われ民間企業からの受注量の減少などが続く中、各職員は会員の皆様にご協力をお願いしております。より一層の努力工夫をしてまいります。

高年齢者雇用安定法改正によ

り会社に70歳まで雇用する努力義務が課せられました。これにより、新たな入会希望者の減少や現在登録いただいている会員の高齢化が進んでおります。そんな中においても、会員の皆様方が、非常に頑張つていただいておりますことを感謝申し上げます。

本年3月5日の「大和川・石川クリーン作戦」では、SMSを使ってボランティアでの参加をご案内しましたところ、多数の会員さんが参加をして頂き、シルバー人材センターの結束力を認識して頂きました。

このようにSMSを活用した

会員の皆様方との連絡の拡充や未就業会員に対する新たなケアも行ってまいります。

当シルバー人材センターは今般設立40周年を迎えます。これまでセンターを支えていただきました多くの先輩方に改めてお礼を申し上げます。

本日はこの後、シルバー人材センターにご尽力頂きました5名の方の表彰と令和4年度事業報告を始め、議案3件、報告3件の議案を提出させていただきます。皆様方のご協力により無事終了できますことをお願い致しましてご挨拶にかえさせていただきます。

## 市長祝辞



市長  
（名誉会長）  
富宅 正浩

皆さん、こんにちは。只今ご紹介をいただきました名誉会長の富宅でございます。

本日は、柏原市シルバー人材センターの令和5年度定時総会のご盛会、誠におめでとうございます。

います。

笠井理事長をはじめ皆様には、市政全般にわたりまして常日頃からご理解ご協力を頂きまして本当にありがとうございます。

さて、シルバー人材センターの皆様におかれましては、年を重ねられた皆さんがその知識・経験・能力を生かし、さまざまな活動に取り組まれていることに感謝申し上げます。

柏原市は高齢者の皆さんが元気に生きがいを持って長生きをして頂ける街を目指しており、

シルバー人材センターはそれにぴったりの組織であります。

柏原市には国内最高齢者の百十六歳の方がおられます。この方をシンボルとして元気に長生きのできる街にしていきたいと思っております。

そのためには、「仕事を続けること」が一番だと考えます。

私の父親も仕事を辞めてからぐっと元気がなくなつたなど感じました。そういった面から、皆さんには仕事を通じて社会とのつながりを持つていただいで、

長生きをしていただきたいと思つています。そういった意味からも今後ともシルバー人材センターへのご理解とご協力を私からもお願いいたします。

結びにはなりますが、柏原市シルバー人材センターのますますのご発展と本日お集りの皆様のご健勝、ご多幸を祈念申し上げます。私からのお祝いの言葉とさせていただきます。

本日は、ご盛会、誠におめでとうございます。

## 安全対策委員会から

# 安全は無理せず 焦らず 油断せず

(令和5年度 全国統一スローガン)

水中毒と熱中症（脱水症）にご注意ください！

安全・適正就業推進委員 山本 俊博

今年の夏は記録的な猛暑、毎年この言葉を聞きます。7月・8月の間に就業中に熱中症で病院にお世話になった会員さんも数名おられます。幸いにも軽症で今は元気に就業していただいていますのでよかったです。

しかし、この「茹だるような暑さ」は、9月にも引き続きと予想されています。

ある気象関係の専門家が、昔から日本は四季があつてその季節を楽しむ風情がありますが、近い将来は二季、すなわち夏季と冬季になるとの見解もあります。

熱中症対策ですが、水分補給が一番とよく言われています。しかし、水分補給はこまめな水分摂取が必要と覚えておいて下さい。なぜ、こまめな水分摂取



なのか、「水中毒」という言葉を聞いたことがありますか？水中毒とは、水分を補おうと大量の水だけを飲むことにより、血液中の塩分濃度（ナトリウム）が急激に低下し、「低ナトリウム血症」の状態になることが水中毒の原因です。

その主な症状は、めまいや頭痛・多尿や頻尿・下痢などで、悪化すると吐き気・意識障害・錯乱・性格変化・呼吸困難などの症状が現れ、最悪の場合、死に至るケースもあります。

水中毒と熱中症（脱水症）、原因は正反対ですが、症状が似ています。「熱中症のカギとなる脱水症にならないように…」と水をたくさん摂りすぎて、水中毒になってしまう可能性もあります。

水中毒と熱中症（脱水症）にならないための予防・対策とは？  
こまめな水分補給、30分から1時間おきにコップ1杯ぐらいが目安です。

水だけではなく、塩分も補給する。水分と塩分を同時に補給できるスポーツドリンクや経口補水液、水や麦茶に塩や梅干しを足すのも良いと言われます。緑茶や烏龍茶・コーヒー・紅茶に含まれるカフェインには、利尿作用があるため水分補給には不向きな飲み物です。

それと、

- ① 3食きちんと食べる。
  - ② しつかり睡眠をとる。
  - ③ クーラーや扇風機で温度と湿度の調整をする。
  - ④ 風通しのよい服を着る。
  - ⑤ 外出時は帽子や日傘を使う。など、規則正しい生活や暑い夏を乗りきるための工夫も必要となつてきています。
- 予防を心がけ、体調を崩さないようにしましょう。また、体調が思わしくない場合は医療機関へ早めに受診しましょう。

# ハチに刺されないために



ハチは外敵から巣を守るために攻撃します。巣やハチを刺激しなければ、むやみに刺しません。



## ハチがいる！ どうしよう？

### ハチを刺激しないでください

- 手で払ったり、駆け出したりしないようにしましょう。
- 巣を見つけたときは、静かにその場を離れましょう。
- 家や車の中に入ってきたときは、窓を開けて出ていくのを待ちましょう。



窓を開けて待つ

## 野山に出かけるときは

### 黒い色、大きな音、甘いにおいにつけて！



白っぽい服装で

- 黒い色は、ハチに攻撃されやすいので、白っぽい帽子、長そで、長ズボンを着用しましょう。
- 知らずに巣に近づいてしまうことがあるため、山道からはずれないように歩きましょう。また、ハチを刺激するので大きな音をたてないようにしましょう。
- においにハチが集まることがあります。ジュースの空き缶などは必ず持ち帰りましょう。香水などをつけるのもやめましょう。

## ハチに刺された!!

### すぐに手当てを！



- 姿勢を低くしてその場を離れる。
- 患部を水で洗浄し、氷で冷やす。
- 薬（抗ヒスタミン軟膏）をつける。刺された所を冷やす



#### ☆緊急で病院に行く場合

- ・一度に多くのハチに刺された。
  - ・直後にショック症状が現れた。
- 危険ですので、すぐに病院（内科）で治療を受ける必要があります。

# いきいき広場 (会員の投稿)

人生後半を明るくする「かきくけこ」



石川 孝子  
(高井田)

か：感動 き：機嫌よく く：工夫  
して け：健康 こ：交流

以上の5つをモットーにシルバー人材センターに登録させていただきました。

すぐにお仕事をいただき週7時間、月曜・木曜各3時間、金曜1時間、お掃除をさせていただいています。元々お掃除は好きですが、今年の異常気象は老体には堪えません。毎日ニュースで熱中症の件を見る度、自分に置き換えています。シルバー人材センター会員の皆さんも同じでしょうね。

朝は早いので30分歩いて行き、帰りは市内循環バスを利用していただき、暑い日や雨降りには大変助かっています。周囲の皆さんに迷惑をかけないように体調を整えてお仕事をさせていただきたいと思います。それにはやはり健康と睡眠、三度の食事を規則正しく実行し、もう少しシルバー人材センターにお世話になろうと思います。どうぞ宜しくご指導ください。

桐下駄と時代の波



大西 ひろ子  
(高井田)

昔、父が手づくりの桐下駄を専門に下駄屋を営んでおりました。忙しい時は父が下駄の台を作り長女の私は「砥の粉」を塗り、乾いたら名前が忘れたのですが藁のような柔らかいもので作った道具で下駄の台を磨く、それから母が鼻緒を上げる、というような情景です。でも、こんな日は長くは続きません。工場で作られた雑木の下駄が安価で出回り、桐下駄は売れなくなりました。それでも細々と下駄屋を営むうちに時は過ぎ世間の人はみんな靴を履く時代になってしまいました。父は若い頃身につけた技術を生かすことが出来ず寂しそうです。のちに仕事を換え遺跡調査の仕事の数十年しておりました。よかったです。70年ほど昔のお話でした。シルバー人材センターにお世話になり20年。私も父と同じように時代の波に押し流されそうな筆で、手書きという筆耕の仕事ですが、もしばらくお世話になりたいなあと考えております。

日々のリズムを取りもどした喜び



本田 鈴子  
(法善寺)

国家公務員として10年、子供が保育園へ入ってから、家の近くの製紙会社で42年働いた後、80歳の誕生日に娘と交代して退職しました。総務と経理の仕事に加え、会長の秘書もしておりましたので、とても忙しく日曜も、盆も正月も時々ですが、休日は無報酬で働き、今の会社の基礎を作った日々でした。会長はとても有名な人だったので、同志社大学スポーツで名誉会長を永年務められ、相撲界の土佐ノ海関や勢関、錦木関などたくさん面倒も見てもらえ、本人の叙勲や、色々なパーティの準備などにも走り回った楽しい事も数多くありました。退職してからというもの、気が抜けて何もせずにいましたので、リズムが取れない生活で苦しんでいましたが、シルバー人材センターのことを知り、お尋ねしましたところ、お仕事を頂き、毎日の生活にも張り合いが生まれました。元気な間は何かしら働いて、生きる希望にしたいと思っています。お世話をして下さったシルバーの皆様感謝申し上げます。



# 会員専用サイト OPEN!

## 配分金明細書は 専用サイトでご確認を!



Smile to Smile (スマイル トゥ スマイル) は、  
シルバー人材センターと会員とのコミュニケーションツールです。

多くの会員の方にご利用いただくことで、センターと会員との連携が強化されると考えております。

10月以降は**配分金明細書の印刷を廃止**しますので、こちらのサイトからご確認ください。

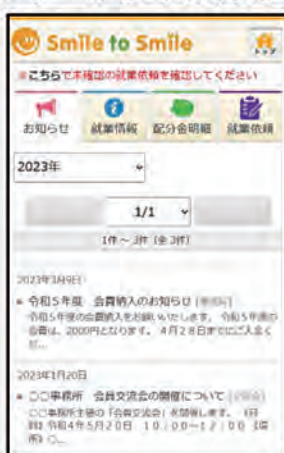
サイトのご利用にはIDとパスワードによる事前登録が必要となります。詳しくはセンター事務局までお越しく下さい。

**ご利用に際しては事前登録が必要です。事務局までお越しく下さい**

(各会員のインターネット環境でご利用いただけます。)

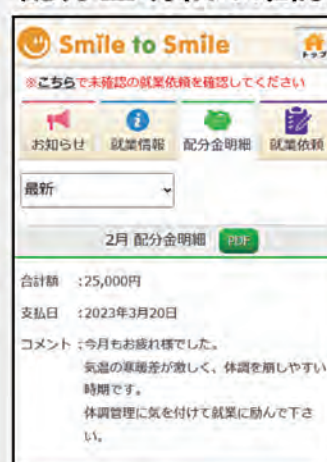
スマートフォンまたはパソコンから会員専用サイトへアクセスしてください

### センターからのお知らせ



センターからの最新情報をすぐに確認できます

### 配分金明細の確認



毎月の配分金明細が確認できます

※利用料金は無料ですが、インターネット接続料金は個人負担となります。

## 柏原市シルバー人材センター 設立40周年記念式典を開催します！

日 時：令和5年11月21日（火） 午後1時  
場 所：市民文化センター3階  
くわしくは、「事務局だより」及びSMS（ショートメッセージサービス）等でお知らせします。



### 会員健康診断 できるだけ受診しましょう!!

実施日：11月13日（月）

場 所：市役所別館3階  
フロールセンター



※申込みなどくわしくは、「事務局だより」でお知らせします。



### スマホ講習会



9月以降の開催予定につきましては、SMS（ショートメッセージサービス）でお知らせします。  
ぜひ、ご参加ください。



## 女性部会からのお知らせ

### はじめての「ヨガ体験」参加者募集!!

日 時：令和5年10月26日（木）  
午後1時30分

場 所：フロールセンター3階会議室

対 象：一般

定 員：20名

※申込みなどくわしくは、「広報かしわら10月号」（9月末発行予定）でお知らせします。



### 「調理講習会」開催決定！

日 時：令和5年12月8日（金）  
午前10時から午後1時

場 所：健康福祉センターオアシス

対 象：会員

定 員：16名

※くわしくは、「事務局だより」でお知らせします。



編

集

後

記

挨拶代わりに「暑いですね！」の言葉が出る毎日ですが、「シルバーかしわら第78号」のご愛読「いきいき広場」へ投稿いただきました会員さんありがとうございます。今号の編集後記は広報委員会の裏話です。委員会で掲載記事等を協議していると、どうしても脱線することがあります。

今号の表紙のQRコードの曲は「少年時代」、この曲の中に「夏まつり 宵かがり 胸のたかかなりにあわせて8月は夢花火 私の心は夏模様」という歌詞があります。30年くらい前柏原の花火が行われていた時、花火の後「少年時代」が会場に流れていて、その曲を聞き浴衣姿の女性と手を繋ぎ大和川の河原を歩いて帰ったという思いで話をして決めました。会員の皆さんも色々な思い出があると思います。その一つをシルバーかしわらへ投稿してみませんか。広報委員一同お待ちしております。