



207(新年)号 もくじ

- 加藤会長・役員より新年のごあいさつ…………… 1
- えと会員よりごあいさつ…………… 2～4
- ひろば、新入会員、お亡くなりになった方、
編集後記…………… 4
- むさしのSCトピックス …………… 1～4



発行 公益社団法人
武蔵野市シルバー人材センター
編集 広報編集委員会
武蔵野市中町 3-5-16
電話 0422-55-1231 (代)
URL <http://www.musashino-sc.or.jp/>



新年のご挨拶

会長 加藤 之 義

新年あけましておめでとうございます。

一歳（一年）の重みは年々感慨深いことと思いません。

「人生100年時代」が到来します。この構想の中に「多様な形の高齢者雇用」という表現があります。我々にはまだまだたくさんの時間があり、元気に、前向きに生きることが求められています。

今年は設立40周年の節目を迎えます。また、4月からは新たな中期目標の初年度でもあります。昨年度の定時総会において、私は3大目標をお約束しました。即ち、

①就業先拡大、②会員増強、③魅力あるセンターづくりの3つです。

「自主・自立」の組織理念と「共働・共助」の事業理念に基づき、総会以来、事務局も含めて理事全員で初心に戻った真摯な論議を重ねております。

ここ数年、全国シルバー人材センター業績は、契約額・会員数共に減少傾向にあります。取り巻く環境が年々厳しくなった等、言い訳材料はいくつもあります。

しかし、こうした中でも業績を伸ばすシルバー人材センターがあります。

出来ない理由を言うのではなく、どうしたらできるかを追求したいと思います。

センター玄関内に「提案箱」も設置いたしました。あらゆる機会を通じての会員各位の事業運営への積極的な参画を期待しています。社団法人とは会員(社員)の総意・結集が原則です。

皆様にとりましてこの一年が有意義であり、センターとしてもますます発展できることを祈念し、年頭のご挨拶といたします。



副会長	田中 雅子 (吉祥寺北町)
常務理事	中村 義明 (事務局長)
理事	笹井 肇 (武蔵野市健康福祉部長)
	伏野 嘉高 (吉祥寺東町)
	小坂 強 (吉祥寺南町)
	岡部 正 (御殿山・吉祥寺本町)
	小野 千鶴子(吉祥寺北町)
	立松 正通 (中町)
	安達 勝 (西久保)
	武田 淑子 (緑町)
	今井 宏美 (関前)
	加藤 伴子 (八幡町)
	高木 攻 (境南町)
	浅野 利男 (境)
	船戸 勲 (桜堤)
監事	中野 菱子 (吉祥寺南町)
	永井 雄太郎(公認会計士)

むさしのSCトピックス

- 10/11(水) 新市長へのあいさつ (会長、副会長、事務局長、大村次長)
- 10/15(日) シルバースポーツ大会 (会長、審判員)
- 10/16(月) 会員向け交通安全教室・自転車シミュレーター乗車体験 (安全管理委員会)



今年は戌年（いぬどし）

前年は酉年（とりどし）で商売繁盛の年でした、戌はその後の年になるので、収穫の年になります。アフターフォローや更に親しくなる年と言われています。また戌年の方の特徴として、勤勉で努力家とあります。

下記のテーマで寄稿をお願いしました

- ① 新年の抱負
- ② 私の健康法
- ③ 私の趣味

 <p>伊藤 斗南子 昭和9年生 (吉祥寺南町) ③</p> <p>新年おめでとうございます。センターに入会してはや十年、縁あって小物班に入れて頂き有意義な晩年を過ごさせて頂いています。あと何年、いや何ヶ月かと思う昨今です。</p>	 <p>海老原 勇次 昭和9年生 (西久保) ③</p> <p>「ターフ」を激走する栗毛馬の雄姿に魅せられ60余年、「健康・趣味・実益？」の『競馬』が私の生き甲斐です。夢は今年今年こそ「全競馬場巡り」と「超3連単馬券的中」です。</p>	 <p>平井 良和 昭和9年生 (関前) ②</p> <p>私はもりもり森クラブの会員で、毎日、市民の森公園に行き、公園の花や木、池の手入れをして、日光を浴びることが元気の源になっています。犬に負けないう頑張ります。</p>
<p>水野 きみ子 昭和9年生 (吉祥寺北町) ②</p> <p>シルバーセンターに入会して10年が過ぎました。週に2日手芸班で楽しんでいます。これが私の健康法ではないでしょうか。いつまで続けられるのでしょうかね。皆に感謝です。</p>	<p>吉村 方子 昭和9年生 (吉祥寺南町) ③</p> <p>私の趣味に印をつけてから考えました。長い間在籍しましたが、戌年特有のマイペースに過ごしています。若い時は成田から、今は羽田から旅を楽しんでいます。</p>	 <p>和田 達雄 昭和9年生 (吉祥寺南町) ③</p> <p>趣味、健康法でもあり、夏は登山、冬はスキー。行先での写真。ただ年々レベルは低下の一方でも今年も海外に。コーラスも旧年は市主催「第九」に参加し、さて今年はと欲ばかり。</p>
<p>井上 尊雄 昭和21年生 (吉祥寺東町) ②</p> <p>いつもお世話になっております。今年で72歳になりますが、健康法は、食事の量は少なめに、よく咀嚼すること。適度な運動を心掛けてストレスを溜めないことです。</p>	 <p>今井 敬三 昭和21年生 (吉祥寺東町) ②</p> <p>私の趣味はテニスで、町内会のサークル活動として楽しんでいます。最近、学生時代の友人が参加するようになりました。ライバル出現により、向上心が刺激されたようです。</p>	<p>内田 眞一 昭和21年生 (中町) ③</p> <p>教員のときから生徒になりたくて、定年退職後放送大学に入学。勉強大好きです。そこで出会った西洋音楽史研究会。中学時代から大好きなクラシック音楽を学び直しています。</p>
<p>榎本 誠一 昭和21年生 (関前) ②</p> <p>私は毎日1歩の散歩を目標にしています。仕事は施設管理員として働いています。子供達が学校生活を安全安心して送れるよう見守り、私も仕事に専念し体作りに頑張ります。</p>	 <p>大島 啓夫 昭和21年生 (緑町) ③</p> <p>昭和21年生まれ戌年は広義に団塊の世代という。年齢も70歳を超えた。若き日の私の趣味は映画鑑賞。現在も観続けている。今は趣味も増え、スポーツや登山に汗を流している。</p>	<p>大堀 光子 昭和21年生 (中町) ②</p> <p>私の健康法は、三食きちんと食べ、毎日30～40分の軽い散歩をすることです。</p>

 <p>加藤 伴子 昭和21年生 (八幡町) ①</p> <p>今年こそは、特技(英国フラワーアレンジメント講師、紅茶コーディネーター)を発揮したい。また大好きな湘南・横浜をみんなで熱く語り合いたいと思います。</p>	 <p>株木 まさ子 昭和21年生 (境) ①</p> <p>魅了され始めたパッチワーク。次はどうやるのと、かき立てられて心が踊る。一針一針丁寧に刺していくこの時間。頑張れる、まだまだ。挑戦できるぞ。我が青春のように。</p>	 <p>窪田 弘子 昭和21年生 (西久保) ①</p> <p>成年は成年でも60歳の成年の気持ちで毎日張り切って楽しく生活しています。旅行・映画・グルメ、もちろんシルバーの仕事も！今日も頑張ってます！</p>
 <p>三木本由美子 昭和21年生 (桜堤) ①</p> <p>入会から10年が経ちました。今働いていただけるのも健康な体のおかげです。これから仕事以外に趣味などで少しやりたい事もあり、健康に気を配り頑張りたいと思っています。</p>	 <p>篠原 尉浩 昭和21年生 (吉祥寺東町) ②</p> <p>週1回のトレーニングルーム通いと妻との月1回温泉旅行。もっとも温泉行きは、2時間半のマシントレーニングで痛めた足腰や腕の温浴治療旅行になっているのが現状です。</p>	 <p>杉 嵩 一 恵 昭和21年生 (本町) ②</p> <p>私の健康法は、なるべく歩くこと。ながら運動。テレビを観ながら、調理の合間にストレッチをして柔軟性を保つ。駅のホームへは階段を昇り降りするなど心がけています。</p>
 <p>須 永 孝 子 昭和21年生 (境) ③</p> <p>オペラの歌を学んで発表したり、合唱団に入って楽しく歌っています。歌は健康と若さを維持する源です。今年は更に歌に磨きをかけ、高齢者の為に役立つ事したいと思います。</p>	 <p>高 橋 正 孝 昭和21年生 (吉祥寺南町) ②</p> <p>軽微な肉体労働の合間に思索をすることが健康に一番いいと思っています。週に一回泳いでいますが、腰のためにはウォーキングがいいようで、歩くように努めています。</p>	 <p>多 田 稔 昭和21年生 (境) ②</p> <p>あけましておめでとうございます。健康のため電車は目的地の1~2駅前で降りて歩く、階段を利用する、就業先へは徒歩で行くなど、一日平均1万歩をめどに歩いています。</p>
 <p>丹羽 正 利 昭和21年生 (吉祥寺南町) ②</p> <p>センターでの好天時の除草作業(週4日1日5時間)が痩せる一方だった身体の回復に役立ちました。晴耕雨読というか、体を動かす事がやはり人間には必要ですね。</p>	 <p>橋 本 文 子 昭和21年生 (中町) ③</p> <p>武蔵野の自然に魅せられて、スケッチ絵を描き始めました。そして、若い仲間とテニスを楽しんでいます。今年は、新しい趣味が増えるように頑張ります。</p>	 <p>日 上 義 邦 昭和21年生 (中町) ③</p> <p>大学から始めたコントラバスを二か所のアンサンブルで弾き、うち一か所では指揮もしている。また6年前からはスクエアダンスとラウンドダンスを毎週。そして読書。忙しい。</p>
 <p>村 田 眞 昭和21年生 (吉祥寺東町) ②</p> <p>昨年の就業は、市報配布とシルバーパスの更新でした。SCでは右を向いても左を見ても、同じ世代の絡み合い？これからは自由自在をキーワードに人生を謳歌したいですね。</p>	 <p>山 田 憲 弘 昭和21年生 (関前) ③</p> <p>毎朝、近くの小学校の生徒さんの登校の身守りを元気にやっています。毎日ですので大変な時もありますが、今では生徒さんよりパワーをもらい、これが私の最高の健康法です。</p>	 <p>山 本 文 子 昭和21年生 (緑町) ②</p> <p>朝イチに40分位ウォーキング、ジョギング等で体力作り。カルチャーや高齢者センターの講座受講。体をよく動かし、よく食べよく眠る事。毎日楽しく頑張っています。</p>

 <p>吉澤 信彦 昭和21年生 (吉祥寺東町) ③</p> <p>謹賀新年 私もなにか地域の為になる事をしたい、そう思って小学校の施設管理の仕事に就きました。今は月10日程の勤務と趣味の月1回の俳句の会に出席するのが楽しみです。</p>	<p>吉田 宗一 昭和21年生 (桜堤) ③</p> <p>趣味はカラオケと吟詠です。大きな声を出してリズムに乗って歌うのは健康によし、認知症予防にもいいそうです。これからもカラオケと吟詠を楽しんでいきたいと思ひます。</p>	<p>渡辺 啓 昭和21年生 (境南町) ③</p> <p>オーディオに興味をもち半世紀以上、元々は父親が残した電蓄がきっかけでした。システムのどこをいじっても変わる音の世界は、自分の感性を磨く意味でも大変興味深いものです。</p>
---	--	---

ひろば

吉祥寺東町 伏野 嘉高

「災害は忘れたころにやって来る」との言葉があるが、平成23年の東日本大震災は忘れることができない。

その時は突然起こった。私はリサイクルセンターで販売をしていた。展示している家具、棚の食器、衣類が大波のようにならねった。幸い大物の家具は倒れなかったものの、一部の食器が床に落ち激しく割れた。すぐに休憩室のテレビを着けると、全てのチャンネルで地震を、火事を、津波を映していた。大変なことが起きていると知った…。

先日、防災に詳しい友人より、武蔵野市民防災協会から災害用トイレなどの防災用品の説明会があるとの連絡があり出かけた。

会場は小さな公園だったが、何カ所かに木製の椅子が置いてある。ところがである。その椅子が、緊急時には災害用トイレに組立てられる、ということである。まず市民防災協会の方がカギで木製の座る部分を開けると、中には丸

いフタがあり、それを外すと筒がある。筒の中には、トイレを囲うテントとトイレ用のパーツが仕込んである。パーツを組み立て筒に納め、丸いフタをひっくり返すと便座となり、テントで囲むと災害用トイレが出来上がるという仕組みである。武蔵野市内にはこうした防災広場と公園が72ヶ所あるとのこと。他にはダンボール箱で作る簡易トイレや防災用品の話もあった。大災害などの緊急時に必要なのは、住食よりも、まずトイレだそう。こうしたことを考えると、災害はいつ起こるか分からない、身近なこととして考えねばならないと実感がわいてきた。

情報として、武蔵野市役所西棟1階の武蔵野市民防災協会では、災害時に必要なものが購入できるそうである。



編集後記

11月23日勤労感謝の日、武蔵野市文化会館へ行ってきました。「武蔵野市市制施行70周年記念 武蔵野市・ブラショフ市友好交流25周年記念コンサート」。武蔵野市出身の曾我大介氏の指揮で、ルーマニア・ブラショフ・フィルハーモニー交響楽団の演奏があり、「友好と平和の第九」市民合唱団260名も参加しました。交響楽団員との音楽を通じての交流は素晴らしいですね。感動しました。

「第九合唱団」はこの公演のために、年齢も第九合唱経験もさまざまな、幅広い層から公募により選ばれました。合唱は圧巻でした。舞台には、参加した知人三人の晴れやかな顔も見えました。(S.E)