



シルバーだより

こおりやま

2024

第108号

公益社団法人
郡山市シルバー人材センター
〒963-8024
福島県郡山市朝日一丁目29番9号
TEL (024)933-0001
FAX (024)933-0019
URL <http://www.k-sjc.org>
発行：広報委員会



ハンゲシヨウ

2024年度 定時総会 共助会総会が開催されました

開催日時：2024年5月20日（木）午後1時30分
開催場所：郡山市立中央公民館 多目的ホール



総会の様子



総会受付

— 目 次 —

■ 定時総会報告……………2	■ 方部地域班役員のお知らせ……………8
■ 選任役員・退任役員の紹介、会員表彰……………3	■ 女子会、講習会の報告……………9
■ 共助会総会報告、理事会報告……………4	■ 共助会旅行記……………10
■ 委員会報告、相談役会議報告……………5	■ 会員の広場……………11
■ 新役員のごあいさつ、安全委員会だより……………6	■ 事務局だより(賠償免責額、フリーランス)…15
■ 就業者頒布品のご案内……………7	■ 次号投稿募集、編集後記……………16

2024年度 定時総会 共助会総会報告

公益社団法人郡山市シルバー人材センターの2024年度「定時総会」と「共助会総会」が、5月20日（月）に「郡山市立中央公民館多目的ホール」で会員1,292名（うち委任状及び議決権行使書1241名含む）の出席の下、開催されました。



定時総会の様子

◎定時総会

定刻午後1時30分、六角総務課長の司会で進行。藍原理事長の挨拶に引き続き議長には藍原八郎氏が議場の満場一致で選出され議事に入りました。

議決権数の報告、議事録署名名人の選出の後、議事として、第1号議案2023年度事業報告、第2議案2023年度決算報告が上程され、相樂常務理事（事務局長）が説明に立ち、詳細に報告されました。説明後2議案とも満場異議なく原案の通り可決承認され、その後2024年度の事業計画・収支予算がそれぞれ報告されました。

続いて理事・監事の選任が上程され、原案のとおり承認されました。その後休憩を挟み、臨時の理事会が開催され、理事長、副理事長、常務理事が新役員の互選により選定されました。

総会は再開され新役員の紹介後、代表理事理事長藍原八郎氏が挨拶に立ちました。続いて長い間センターの発展に寄与して頂き勇退された退任役員にそれぞれご挨拶を頂戴しました。

次に会員・役員の表彰が執り行なわれ23名の会員・役員の方々が受賞され、総会は閉会となりました。

○理事長挨拶

2024年度公益社団法人郡山市シルバー人材センターの定時総会にあたり、ご挨拶申し上げます。

日頃会員の皆様方には、センターの事業運営に対し、大変なご努力とご支援・ご協力を頂いておりますことに、衷心より敬意と感謝を申し上げます。

さて、4年半もの間、猛威を振るってきた新型コロナウイルス感染症も中々終息を迎えない中、2023年度が経過して参りました。その間にセンターを取り巻く状況は大きく変わって参りました。昨年からインボイス導入に始まり、そして大きくセンターを変えようと思われる大改革が、フリーランス新法の施行であります。これは、センター44年の歴史の中でもセンターを根本から変える大改革ではないかと思われまふ。



理事長あいさつ

このフリーランス新法の施行は今年の秋に予定されておりますが、皆様方の働き方が大きく変わるもののはごさいます。その主眼とするものは、フリーランスである個人々々を保護することを目的とした重要な法

律であり、シルバー人材センターにおいて変わるのは発注者や会員各位との契約形態であります。

ここ数年、日本の経済は、輸出産業は堅調ですが、食料品や原材料品、燃料などの不足により価格が相次いで高騰し、また、急激な円安も相まって、国民の生活は一段と厳しさを増してきております。

このような状況の中、私共郡山市シルバー人材センターの昨年度の事業活動は、会員数においては対前年度において若干の増加、事業量におきましても派遣事業を含めた契約高の金額におきましても微増ではありましたが、実人員、延人員、就業率等は皆目減少しております。センターではこれら停滞している現状を打破するために、今年度は事業の取り組みを見直して、結果、躍進を目指す大きな転換点にして行きたいと念じております。

さて、昨年10月からのインボイス制度の導入により、センターは過大なる消費税の負担を強いられることとなり、センターの公益事業運営は薄氷を踏むような状況にあります。そのような困難な状況の中ではあります。まず、安心して活発なシルバー事業を行えるよう、今は、早くコロナウイルスが撲滅されることを期待しつつ、インボイスへの適切な対応、さらにはフリーランス新法へのスムーズな対応に鋭意心がけて参

役職名	氏 名	備 考
理 事 長	藍 原 八 郎	代 表 理 事
副 理 事 長	齋 藤 正 夫	代 表 理 事
常 務 理 事	相 樂 利 次	業 務 執 行 理 事
理 事	渡 辺 洋 子	
理 事	徳 山 明 雄	
理 事	齋 藤 香 代 子	
理 事	家 久 来 明 子	
理 事	塩 田 ま す み	
監 事	佐 々 木 千 津 子	
監 事	菅 野 信 子	

センター新役員

◎選任役員

ります。
今年度におきましても、皆様方のご協力のもと、シルバー事業の現在の窮状から、何とか脱して、会員の確保はもとより、事業量の回復を重点課題にすえて、事業運営に当たってまいりたいと存じます。
センターの基本理念である、自主自立、共働共助の精神により、皆さま方が力を合わせ、頑張つてセンター事業を推進して行く事を切にお願い致します。
結びに、会員皆様のご健勝とご多幸を祈念し、また私達のシルバー人材センターの発展を祈念し、挨拶と致します。
ありがとうございました。



センター退任役員

理事 山田 大 様
理事 末廣 美津子 様
監事 渡辺 貞子 様

◎退任役員
センターの事業運営に多大な貢献をされた役員3名の方が退任されました。



新役員のみなさん



表彰を受けられたみなさん



表彰状の授与

◎会員表彰

5月20日の定時総会の席上、センターに功労があった方々を表彰致しました。

会員表彰

○会員表彰（敬称略）

一 永年在籍貢献表彰

・ 亀 井 美 子

・ 大和田 正 幸

・ 猪 越 功 功

・ 国 分 功 功

・ 滑 方 近 子

・ 渡 辺 和 子

・ 栗 山 正 嗣

・ 神 山 ヒ テ

・ 内 田 美 保 子

・ 大 内 信 幸

・ 安 田 和 子

・ 河 野 眞 智 子

・ 上 田 節 子

・ 三 浦 建 児

・ 本 田 信 吉

・ 山 田 昌 大

・ 面 川 昌 子

・ 鳥 畑 一 光

・ 藤 沼 ハ ル エ

二 入会促進功労表彰

・ 柳 沼 美 紀 子

・ 高 橋 文 夫

・ 赤 沼 セ イ 子

三 永年就任役員表彰

・ 渡 辺 貞 子

◎共助会総会

定時総会に続き、六角課長の司会で進行。藍原会長が挨拶。

議長には藍原八郎氏が満場一致で選出され、議事に入りました。

議事録署名人の選出の後、議事として第1号議案から第3号議案が上程され、相樂事務局長が説明し、3議案とも満場異議なく原案の通り可決承認され、全ての議事は終了。

議長は退任となり、その後休憩を挟み臨時の幹事会が開催され、副会長、庶務会計が新役員の互選により選定されました。

その後新役員の紹介と、会長藍原八郎の挨拶の後、総会は終了しました。

共助会では、コロナ感染症が5類に移行後、1年以上が経過したことから、今年度は会員のみなさま方と共に、各種行事を企画実行して、共助会活動を盛り上げて参ります。



共助会総会の様子

◎選任共助会役員

役職名	氏 名	備 考
会 長	藍 原 八 郎	センター理事長
副 会 長	渡 辺 洋 子	
庶務・会計	小 西 洋 子	
庶務・会計	古 山 広 子	
幹 事	竹 内 八 郎	
幹 事	福 富 幸 子	
監 事	横 山 洋 子	
監 事	大 橋 四 郎	

共助会役員



共助会新役員

理事会報告

◎2023年度1月定例理事会

(2024年1月17日開催)

【報告事項】

・2023年度事業実施状況報告

(12月)

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認
・2024年度事業計画(案)
収支予算(案)

◎2023年度2月定例理事会

(2024年2月16日開催)

【報告事項】

・2023年度事業実施状況報告
(1月)

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認

◎2023年度3月定例理事会

(2024年3月15日開催)

【報告事項】

・2023年度事業実施状況報告

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認
・フリーランス新法への対処、契約方法見直し
・シルバー人材センター利用規約の制定
・会員業務就業規約の制定
・団体傷害・総合賠償責任保険の基準の一部改正
・公益社団法人福島県シルバー人材センター連合会郡山市事業所派遣規程の一部改正

・シルバー派遣事業実施規程の一部改正
・シルバー派遣労働会員就業規則の一部改正

◎2024年度4月臨時理事会

(2024年4月17日決議の省略)

【決議事項】

・正会員入会希望者の入会の承認
・正会員入会希望者の入会の不承認

◎2024年度4月定例理事会

(2024年4月22日開催)

【報告事項】

・2023年度事業実施状況報告
(3月)

・理事長・副理事長、常務理事の職務執行状況の報告

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認

・2023年度事業報告並びに収支決算報告の承認

監事監査の報告

・2024年度定時総会の開催

・2024年度定時総会議案の議決権行使期限

・会員・役員被表彰者の選定(案)

・2024年度定時総会提出議案

・理事監事候補者推薦(案)

◎2024年度5月定例理事会

(2024年5月15日開催)

【報告事項】

・2024年度事業実施状況報告
(4月)

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認

【協議事項】

・2024年定時総会の開催運営

◎2024年度6月定例理事会

(2024年6月14日開催)

【報告事項】

・2024年度事業実施状況報告

(5月)

【決議事項】

・正会員入会希望者の承認について

・委員会委員選任委嘱

・相談役選任委嘱

・方部長・班長選任委嘱

委員会報告

○総務委員会

(2024年3月13日開催)

・シルバー人材センター利用規約の制定

・会員業務就業規約の制定

・団体傷害・総合賠償責任保険の基準の一部改正

・公益社団法人福島県シルバー人材センター連合会郡山市事業所

・シルバー派遣事業実施規程の一部改正

・シルバー派遣労働会員就業規則の一部改正

○事業委員会

(2024年6月24日開催)

・事業普及啓発・拡大について

・本年度の取組み

・郡山市S・C・女子会の運営・拡大について

・郡山市S・C・女子会の運営・拡大について

○安全・適正就業委員会

(2024年6月25日開催)

・2023年度・2024年度傷害・賠償事故について

・今年度の安全対策の取組みについて

・事故防止、安全パトロール

・刈払い機取扱講習会の開催について

・県シ連安全適正就業推進大会の開催について

・刈払い機取扱講習会の開催について

○広報委員会

(2024年7月8日)

・これからの広報委員会の取組協議会報第108号の編集



アートアクアリウム（金魚）

◎委員会委員の方々

安全・適正就業委員会					事業委員会							広報委員会				総務委員会				委員会名	役職名	委員名
委員	委員	委員	委員	副委員長	委員長	補佐	委員	委員	委員	委員	副委員長	委員長	補佐	副委員長	委員	補佐	委員	副委員長	委員長			
福富幸子	竹内八郎	横山洋子	小西洋子	徳山明雄	齋藤正夫	藍原八郎	古山広子	菅野信子	佐々木千津子	渡辺洋子	家久来明子	齋藤香代子	徳山明雄	藍原八郎	家久来明子	渡辺洋子	齋藤正夫	菅野信子	佐々木千津子	齋藤香代子		

相談役委嘱及び会議の開催

2024年6月14日、理事会決議によりセンターの相談役に次の方々を委嘱しました。

委嘱状交付後会議が開かれ、事業内容の報告、並びに現在の課題やこれからの事業運営指針についてご指導を受けました。

・相談役 黒澤達三様（元理事）

・相談役 草野邦子様（元理事）



黒澤相談役、草野相談役

新役員のどあいさつ

○センター新役員

○理事
渡辺 洋子

令和6年度定時総会に於きまして、理事に選任されました。

分らないことが多々ありますが先輩のお力沿いを仰ぎ、学び、精一杯シルバー人材センターに貢献出来ますように、思いを強く繋いで参ります。

どうぞ、宜しくお願い申し上げます。

○理事
塩田 ますみ

令和6年度、5月20日の総会並びに理事会に於いて証認を頂き、この度理事に就任致しました。

皆様に助言を頂きながら微力ではございますが、シルバー人材センター発展のために力を尽くして参りたいと思っております。

皆さんと行動出来る事、働けることを楽しみにしております。

書中を持ってご挨拶を申しあげます。

○監事
菅野 信子

このたび監事のお役を賜りました、このような重責に、私ごとですが、いかがしたものかと案じて仕舞いましたが、お引き受けしたからには、心身の健康に留意し、任期のまっとうを目標に、日々努力して参りたいと存じます。感謝の念をもつて務めて参ります。

○共助会新役員

○幹事
福富 幸子

これからの私いろんな事にさせていただき少しでも今まで知らなかった事など勉強しながら皆さんと仲良く、そして楽しくしていきたいと思いますので皆様これからもどうぞよろしくお願いいたします。

○監事
大橋 四郎

共助会監事の就任にあたって最初に一言、私には大変荷が重く出来れば役職を解いていただくのが

妥当かなと考える次第であります

それはさておき私も会社を65歳で辞めて彼は13年に渡り、当センターにお世話になった次第です

一時退会いたしましたでしたが、直ぐに復帰し現在に至っております

農業手伝い、窓磨き、除草、大概の仕事はこなしてきました

最近是在宅支援の仕事が増え、これはこれで大変難儀なことで最近つくづく実感しております 先日相良局長、担当職員の方にもご迷惑をお掛けしてしまい大変恐縮しております

こういう事も踏まえ適任ではないと考えております

それでもやれと言うことで有れば身を粉にしてセンターの発展に尽くすのが最後のご奉公とおもっております。

相談役 佐藤 榮子様
ご逝去のお知らせ

相談役 佐藤 榮子様（元副理事長）は、本年3月1日にご逝去されました。

在任中はセンター、共助会共に大活躍され、センターに多大な貢献をされてその功績には輝かしいものがありました。

ここに故人を偲び、感謝と御礼を申しあげ、ご冥福をお祈り申し上げます。

安全委員会だより

昨年度から今年にかけて、傷害事故、賠償事故とも増加しております。

また、今年は例年になく猛暑が6月から続いており、今後も暑い日々が続くことが予想されますので、くれぐれも熱中症や蜂刺されに充分注意して就業されるようお願いいたします。

2024年度安全事故対策取り組みの一環

- ・ 蜂駆除スプレー
- ・ 対物事故防止の草刈刃
- ・ 夏用安全ヘルメット
- ・ ヘルメット用日除けサンバイザー
- ・ 「無双、カルマー」

これらは、安全事故抑止対策の一環として、センターが購入し、購入金額の半額以下の負担で対象の就業会員にお分けするものであります。就業の対象会員は事務局まで申し出願いたします。

全ては事故防止の為の用品の頒布であります。頒布価額は事務局までお問合せ願います。

また、就業中のトイレ対策として、持ち運び用の軽量簡易トイレを同じく半額以下の負担でお分けしておりますので、希望者は同じく事務局までお申し出願いたします。（見本展示中）



ヘルメットに麦わら帽子



夏用ヘルメット



蜂駆除スプレー

さらに、センターでは扇風機付きのベストやジャケットが熱中症対策に特に優れていることから着用を勧めております。
(センターでは取扱いはしておりません。見本が事務局で試着出来ます)

飛散を抑え安全!!

「上下刃逆回転ハサミ切り方式」により石などの飛散を抑制できる事で、人のいる所や建物、道路周辺などで効率よく草刈りできます。

キックバックを抑え安全!!

刃が障害物に触れても跳ね返り(キックバック)が少なく安全です。稲作に必要な水田の水キワ除草も安全でスムーズに行えます。

ブレーキ機能で安全!!

スロットルレバーを握ると刃が瞬時に停止するギヤ構造設計なので、万が一転倒しても安全。

SANYO METAL
ツインブレード TWB-230

MUSOU

国土地交通省 登録商品
登録番号: KK-190011-VE
特許取得済み

上下刃ハサミ切り
石飛び、キックバックを抑え、安全草刈!!



石が飛びにくいチップソー



エンジン刈払機アタッチメント

逆回転ハサミ切り
Dual Blade rotate in opposite direction

石跳ねストップ!!
飛散を抑える

国土地交通省
NETIS 登録商品

キワ刈り OK!!



扇風機をついたベストとジャケット



携帯用トイレ (広げた状態、畳んだ状態)



携帯用トイレ (外作業用)

— 方部・地域班担当役員が変更となりましたのでお知らせいたします —

方 部 別 地 域 班 表

(2024年7月1日～2026年6月30日)

方部名	地域班名	役職名	担当者名	対象居住地(街区名、町名)
中央東方部		方部長	齋藤 香代子	
		副方部長	菅野 信子	
	麓山・本町地域班	班長	橋本 正勝	麓山、本町、大町、細沼町、清水台、堂前町、中町駅前、上島、遠中場、中島、燧田、柳内
	長者・神明町地域班	班長	竹内 八郎	長者、神明町、虎丸町、豊田町
	菜根・鶴見担地域班	班長	宮下 イシ子	菜根、鶴見担、深沢
	咲田・桜木地域班	班長	徳山 明雄	咲田、桜木、赤木町、若葉町、大名長、東宿向河原町
	愛宕・堤下町地域班	班長		愛宕町、堤下町、山根町、池ノ台、栄町、七ツ池町、大場内、北田、境橋、晴門田、兵庫田、古館(町)、ハッ橋
	昭和・小原田地域班	班長	納谷 一弘	昭和、小原田、図景、菱田町、深田台、古川、八木橋
中央西方部	横塚・方八町地域班	班長	三浦 建児	横塚、方八町、芳賀、石淵町、水門町、十貫河原、北畑、大平町、上野山、樫ノ木、越渡、佐野良、下館野、谷島町、古屋敷、松木町、宮田、柳原
		副班長	赤沼 敏男	
		方部長	渡辺 洋子	
		副方部長	佐々木 千津子	
	西ノ内・桃見台地域班	班長		西ノ内、桃見台、緑町
	開成・島地域班	班長	渡辺 洋子	開成、島、桑野清水台
	亀田・下亀田地域班	班長	笹村 勝雄	亀田、下亀田、柏山町、上亀田、亀田西、桑野北町小関谷地、葉ノ木谷地
	桑野・並木地域班	班長	末廣 美津子	桑野、並木、朝日、原中
北方部	富田・希望ヶ丘地域班	班長	長尾 京子	富田町、希望ヶ丘、うねめ町、町東、備前館、不動前中ノ目、富田東、名郷田、新屋敷
	片平・待池台地域班	班長	伊東 功	片平町、待池台
		方部長	斎藤 正夫	
		班長	星名 康雄	
	富久山・八山田地域班	班長	舞木 武夫	富久山町、八山田、八山田西、川喜田、川原
		副班長	鳥畑 一光	
	日和田地域班	班長	矢吹 邦吉	日和田町
	喜久田・東原地域班	班長	高崎 和敏	喜久田町、東原
西方部	熱海地域班	班長	佐藤 哲雄	熱海町
	西田地域班	班長	橋本 英人	西田町
		副班長	遠藤 愛子	
		方部長	家久来 明子	
	大槻地域班	班長	篠木 清勝	大槻町
		副班長	千葉 節子	
	台新・静町地域班	班長		台新、静町、堤、御前南、中野、鳴神、静西、土瓜谷地本町
	三穂田地域班	班長	古川 修	三穂田町
南方部		副班長	佐藤 恵美子	
	逢瀬地域班	班長	井上 一彌	逢瀬町
	湖南地域班	班長	大越 一美	湖南町
		方部長	徳山 明雄	
	安積・笹川地域班	班長	田村 法子	安積町、笹川、成山町
		副班長	角田 俊六	
	久留米地域班	班長	小西 洋子	久留米
	名倉・香久池地域班	班長	鈴木 ミキ子	名倉、香久池、五百淵山(西)、菜根屋敷、山崎賀正、城清水、台東、川向、南
東方部		副方部長	大和田 廣美	
	舞木・あぶくま台地域班	班長	佐藤 忠男	舞木町、あぶくま台、蒲倉町、安原町、白岩町阿久津町、横川町、荒井町、下白岩町
		班長	小林 富三	
	田村地域班	班長	宮島 登喜子	田村町、石塚、大河原、外河原、道場、船場向、八作内
		班長	安藤 司郎	
	中田地域班	班長	大和田 廣美	中田町
	緑ヶ丘地域班	班長	安部 洋	緑ヶ丘

※欠員班につきましては、補充が決定次第お知らせいたします。



シラネアオイ



茶話会

女性会員を増やし、女性の特性を生かした分野を充実発展させさせていくために、有志が揃って女子会を立ち上げました。

まずは手始めに「茶話会」を開催しました。次は「少し綺麗になる」教室の開催、のち、いろいろ企画実行して参ります。女性のみなさん、是非参加しませんか!!

女子会立ち上げました



本年11月から施行される「フリースランス新法」を見据え、今後、益々デジタル化される業務に対応するため、次の通りIT講習会を数多く開催しました。

○IT講習会
2024年2月29日～3月12日
・(11教室) 各教室共10人参加、
延110人日

講習会の開催報告



女子会のみなさん



スマホ講習会

○スマホ講習会
2024年7月2日～12月16日まで
(4コース11教室・年末まで開催
予定)



IT講習会 (パソコン)



話し方教室

○話し方教室
2024年6月13日、24日
(参加者延20人)



スマホ講習会



刈払い講習会（実技）



刈払い講習会（座学）

○刈払い機取扱い安全講習会
2024年7月2日（88名参加）

「共助会旅行に参加しました」

6月、共助会から旅行の誘いが来た。久しぶり、何年ぶりだろう、5年ぶりかな？

コロナ後何処にも出ないでマスク生活をしてきた我が身には、嬉しいお誘い、早速、いの一歩に申し込んだ。

7月11日、今日は待ちに待った旅行日、早起きしていざ福祉センターへ。郡山市役所の駐車場が有料になった事もあり、市内循環バスで向かう。みんな浮き浮きと期待高らかに、職員に見送られながら出発。久しぶりだ、高速道に乗るのも。出発して、程なく米沢に着いた。

東北中央自動車道の開通のお陰であるうか、快適な道すがらである。最初は朝から酒造見学、大きな酒蔵で、明治時代の建物を彷彿させるその威容には驚くばかり、東北最大級と言われる酒造資料館には納得しきり。私も皆さんも何度も何度も試飲をして、2本3本とお酒を購入。用意してきた財布は軽くなるばかり。お昼に懐石が待っているのにそんなに出来上がってしまったのもいいの!!と余計な心配をしてしまう。

また高速道に乗り、その懐石の昼食会場にお昼前に到着。バス2台とあって、お座敷は満杯状態であったが、何とか入れた。出てきた懐石料理がなんと「こんにゃく」。キツネに騙されたかと思いきや、食べてみてまた騙された。「これがこんにゃく？」どう見ても食べてもそうは思

えない。先付、刺身、井ぶり物、焼き鳥、ソバ、これがこんにゃく？言われなければ分からないで食してしまうところであった。

またまたここでもお土産の買い物。三昧。こんにゃくをアレンジした商品の多彩なこと。どんどん買い物かごが膨らんでしまった。出るとき外は土砂降りの雨だったが、何とかバスに乗り、次の蔵王の麓にあるラスク工場につく頃には雨も上がった。

「シベールファクトリーパーク」しゃれた名前がついている。名前ばかりでなく、店舗もすごくしゃれている。つまりはラスク工場売店や食事処がついているところ。なんと色々なラスクや焼き菓子、ケーキの種類が豊富なこと、パンまである。イタリアンレストランまであり、女性にはお気に入りだたまらない場所のようである。買い物に勤しむ者、お茶を楽しむ者など銘々が楽しんでいる様子が見て取れる。

さて最後は今度の旅行の一番のお目当て、ブルーベリー狩りである。道の駅寒河江から少し離れたところにあるブルーベリー園で、サクランボも終わった今の時期はブルーベリーである。30分食べ放題のコースだ。自分で詰めてんご盛りのお土産付きである。あまり食べれる機会がないブルーベリーであるが、目に良いという事で、生食、ジャムなどに

人気があるという。みんな一斉に木にまわりつき、必死の形相で食べている。試飲のお酒も覚めたころであるが、粒が小さく取るのがかなり面倒である。あつという間に時間は

過ぎ、そうそう食べられるものではないけど、ここぞとばかりにけつこう食べたな。服まで汚し、手と口は真つ青である。効能により目がよく見えるようになった気がする。これはお酒が覚めたせいかな。置いてあった試食のスモモの甘く美味しい事。ここでもお土産に散財した。



旅行は、知らない場所を見て、食べて飲んで、寝て、買い物して、これが楽しみ。帰りは皆さん疲れが出たと見え、知らない間にお休み。無事に福祉センターに到着。運転手さんガイドさん、それに職員の皆さん、大変お世話になりました。明日からの仕事にまた頑張れそうです。共助会の次の行事が楽しみ、待ち遠しいです。：ただ一つだけ残念なこと、それは私の乗った1号車には朝から大声で怒鳴り散らし、周りを震え上がらせていた者がいた。せつかく楽しみにしていた旅行なのに、朝から気分ぶち壊し、最悪、旅行どころではない。そこだけが非常に残念!!

次はこんなことが無いように、頑として対処して下さい。

（会員：高橋）

会員の広場



◎自由投稿◎

俳句

●藤沼ハルエ

・満月や影踏み頃 懐かしく
・淡雪に紅一枝の 椿かな
・凍てつく夜 垢を掬いて 二番風呂
・遠山の霞たるのは 黄砂かな
・植置きし 故郷の桜 凜として

●渡辺洋子

・遠くより 稲の花 香る 今朝の田よ
・懐かしい 冷めたまま 飲む 甘酒よ
・味噌だれに 箸の進むや 昼の月

川柳

●柳沼幸三

・まだやれる 自信あるぞと 俺の腕
・ひらがなで 話せば 判る 胸の内
・老後へと ふたり 笑顔で 夢を編む

◆最近思うこと

●道山幸信

・もの言えは 口びる 寒し 一年中
・たればのことばが 我を 悩ませる
・だったから 良かった後の 安心感
・パワフルじゃないのかさくら
これを 買え(注)

(注) 日曜日BS11で競馬を見て
る人だけが理解していただけると嬉
しいです。
おかしいのは、さくらさんはその通
り買っていないのです。

シルバー人材センターへの期待

渡邊 みつ子

私はシルバー会員1年生です。
71才まで長年看護職に属し、卒業と
同時に起業するもまだまだ時間があ
るため会員にならせていただきまし
た。従来の職場では常に人生の先輩
方の生き様を見せていただいていた
結果、定年後の生き方については、
①何もせず心身の不調をつくって病
通いの生活をするか
②社会的活動により社会と繋がるこ
とで現在の健康を保ち楽しく有意
義な生活をするかの選択になりま
した。

他者への依存心より自立心の大き
い人、健康や病気等への知識・関心
のある人であればどなたでも理解で
きることですが、語ることと実行す
ることはまた別なものです。
その第一歩としてシルバー人材
センターへ連絡させていただき、ス
タートができました。シルバー会員
の皆様の中には、私などよりまだま
だ素敵な生き方をされている方が多
いかと考えています。今後、皆様か
らのアドバイス等いただければ幸い
です。



私の大切な友人(親友)

安田 和子

私の大切な友は、今から十年前ラ
イフフーズ(株)のあんラインで、
出逢いました。小中学校同じ富久山の
学校です。その友の名前は、橋本ヤ
イ子さん富久山在住です。なんでも
隠さず話せる男気みtainな彼女で
す。仕事の中でもリーダー的な方で、
細かい仕事でも、てきぱきと、こな
します。

昔から、信頼する友は1人で良い
とことわががあります。今でも御主
人共々、一泊で温泉に行く交際をし
ています。家族ぐるみの付き合いで、
野菜をつくっているの、たけのこ
やら、を持って来てくれます。

お互いに言いたい事を言い合う本
当の友達は有りがたいものです。年
齢を重ねてゆくと、余計に友の温か
い言葉が身にしみます。

これからの友人を大切に過ごして
いきたいと、思っています。



私の人生

菅野 信子

私は、昭和十三年に地方官吏の娘
として生を受け、昭和十九年に幼稚
園に入り、毎朝、父の出勤と一緒に
通園しました。先生のお名前は、花
積先生とおっしゃいました。

昭和二十年、国民学校一年生にな



り、先生のお名前は、矢部先生とおつ
しゃいました。

八月十五日、長く苦しい戦争が終
わり、世の中が一変しました。

街には、「りんごの唄」が明るく
流れ、田端義夫の「帰り船」が流れ、
「NHKのど自慢」では、男性の
多くが、伊藤久男の「イヨマンテの
夜」を歌っていました。

名曲がたくさん生まれました。

昭和三十年代は発展の道を進み、
私も商家に嫁いで参りました。父が
私を「貧乏人の箱入り娘」ですから
と心配していたことを思い出しま
す。舅姑様、小姑様、従業員、子育
てと別世界に入り、泣きながら、仕
事を学びました。あまりの忙しさに
寝食を忘れ、寝る間もなく働しまし
た。子供達には、申し訳ないことで
した。

今、私は人生の第二章。

自由な毎日を送り、手芸、料理、
ユーチューブで一日中好きな音楽を
聞き、テレビやタブレットでスポー
ツや野球のライブを楽しみ、日中一
人で声援を送り、又、ショッピング
も大好きで、イトーヨーカ堂にもよ
く行きますが、五月で閉店とは残念
な事です。

郡山は、私の人生そのものです。
これからの市の益々のご発展をお祈
りし、お世話になった郡山市に心か
らの感謝を捧げます。

私にとっての人生の終盤 郡山

宮下 イシ子

長い人生！私は、東北玄関、郡山
と思つてます。

終盤で人間もよう見た気がします。
高校・大学を出て、いかに自分
にとって楽しい時代だったと思つてい
ます。

大学卒業して貿易会社に入り、双
眼鏡・ライフルスコープ・顕微鏡・
輸出の全盛期でした。

ことばの東北なまりがひどく、事
務所でいやみでした。

二十才すぎて池袋駅近くで生活で
したので、なまりも東京弁になりま
した。

二十五才で結婚して夫の実家があ
る長野（軽井沢）に入り、弱電手伝
いしましたが、土地柄、思想も違い、
めめ事も多にありました。

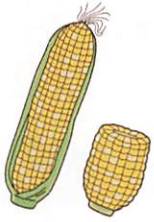
夫の会社転勤で埼玉へ、千葉へ、
夫の年齢も六十才を過ぎ、やっと郡
山へ戻る事が出来て最高でした。

これからは、最後の自分の挑戦で
した。

大手スーパーで働き、子供に英語
教育をさせて見直し終盤です。

東京・長野・埼玉・千葉・いわき・
郡山長い道のりでした。

人間作りも変わりまた？



トンネル

渡邊 守康

ロードバイクで猪苗代湖を一周し
てくると100 km位で、体力維持と
考へて行つたら、途中脱水症状でダ
ウン、自販機で大量の水分を補給し
ても手遅れ。真夏日が災いした。妻
に来てもらい、反省させられ帰宅。

その後は、早い出発にして2回、
一周した。道中、中山峠トンネルを
全部抜けた所で休憩。汗を拭き、頭
の光をヘルメットで隠し、自転車の
ライトも消灯、昔と比べてこのコー
スのトンネルは、すごく増えました。

昔、北陸自動車道の上越から朝日
迄はトンネルが多く、仕事で何度も
走る内、興味本位でその長さを積算
したら、41.845 kmになり、あと
350 mでフルマラソンと同距離に
なると妄想、少し走って魚津にピッ
タリ350 mの湯上トンネルが出
現。奇想天外。あれから30年。昨年
走ったフルマラソンは5時間、あの
春日山トンネルから湯上トンネル間
は80分くらいかな。ここのトンネル
の長さや数の多さは、俺の、ある時
期の人生と比べられる。40年位前、
仕事の帰路、新潟県の水源で1千万
円の宝くじ購入をあの人の話題で思
い出した。

ナンバーズ、ロト、サッカークジ
などを買ひ、迷い込んだトンネルも、
抜けてしまえばその広さは無限大と
期待している。



除草は先手必勝

水上 雅

除草とは、誰にでも簡単にでき
る仕事と思われがちですが、植物は
人間誕生以前から繁茂し今日に至つ
ており中々手ごわい相手です。ただ
単に取り除けばよいのですが、完全
に取り除きは不可能に近く、一時期
姿を消したただけでまだ復活してきま
す。

日本には、固有従来種、早くから
日本にきた外来種、明治以降入つて
きた外来種に分けられますが、その
中で最も手強いのは外来種です。も
ともと日本になかった植物が、いろ
いろな手段によって国内に運ばれて
きた外来種が、季節を問わず、自己
受粉により繁茂し、近年は温暖化
の影響もあり、急激に生育を広げて
きました。

三月頃から夏日猛暑日が記録され
たように外来種にとっては最適な、
高温少雨乾燥が続けばC4植物が繁
茂するに最適な条件です。C4植物
は発芽から種子まで短期間で大きく
成長します。植物が次期に命をつな
ぐ方法は、種子だけでなく、根に栄
養を貯え、それをもとに発芽する。
その両方を同時に行う等、強かな戦
略で生き延びてきました。

たとえば、春に咲くヒメジョオン、
カラスノエンドウ、チチコグサモド
キは前年秋に発芽し翌春に寒さが和
らぐと成長し素早く子孫を残しま
す。又、スギナは二段構えでスギナ
と土筆が同時に発芽し、スギナは根

に栄養を貯え、一方土筆は胞子を飛
ばしどちらも地上から消え去ります
が、翌月にはスギナとなつて倍々に
増えていきます。

このように季節によって今、どの
植物を除草しなければならぬか、
見極めが肝心です。先祖代々引き継
がれてきた庭や畑は、多忙や高齢化
で手に負いなく、年々除草依頼が増
加傾向にあると思われまふ。花が咲
き種子が弾けた後手遅れ状態で依頼
してくるケースが多々あります。除
草の時期は、発芽か花が咲く前に刈
り取らなければ、次回は倍以上発芽
します。

各々、環境や土壌や四季によって
植物の種類が違ひまた生育状況も変
わります。一年中その場所が繁茂し
ている、風に運ばれて、アリの運ん
で等、子孫を残し次世代に命をつな
ぎます。効果的な除草は、「先手必勝」
早春といひども発芽したら抜き去る
習慣が大切です。

除草は体力と根気、植物に対する
知識も必要です。決められた日数で
全草除草は不可能です。特に、外来
種は季節を問わず繁殖力も強く手強
いものです。その植物の生育状況を
素早く判断しその時期に適した方法
で効率よく作集しなければならませ
ん。



山

小林 恒治

ホイララリリホー ホイララリ
リホー♪ ああ山へあの峰へさあ
行こう」 山の歌は数あれど、この
歌が聞こえてくると、どうしようも
なく心が高鳴り、山への思いが強く
なる、なぜだろう。身体が慣れるま
での登りのあの辛さ、今の車時代、
なぜあんな高い山に重い荷物を背
負って、我が足で一步一步辛い思い
をしてまで登るのだろうか。その思い
は山の裾野や頂や立った時に初めて
わかる。あー登ってよかった・、
と。この苦労した後の充実感や満足
感は、今まで生きてきた人生の浮き
沈みに二重写しとなる。

田舎生まれ故、幼少時の遊びと言
えば山か川での遊びが主であった。
ひたすら裏山に登り、花を採り、ト
ンボ・セミなど昆虫を捕った。それ
が若き日の思い出である。少し経っ
た頃、山らしい山へ登ったのは高校
生の頃の吾妻山。吾妻小富士の麓に
泊まり、浄土平から一切経山の山頂
を経て五色沼（魔女の瞳）、さらに
は鎌沼を抜け、谷地平から西吾妻山、
西大嶺に至るコースである。山登り
というよりはハイキングかトレレッ
キング。これが初めての山歩きであ
り、すっかり山歩きの魅力にはまっ
てしまった。しかし本格的ではない。
未だ初心者の域を出ない。

学生時代に、沼田から大清水、そ
して尾瀬沼に入り、燧ヶ岳に登って
尾瀬ヶ原を通り抜け、鳩待峠、アヤ

メ平を経て又沼田に戻るという定番
のハイキングに行った事がある。今
でも鮮明に記憶している。山登りに
ばててしまった友のリユックまで背
負い、荷が重たかったこと。山小屋
に頼んでおいたお昼の量が少なくて
おなかグーグーだったのに、一人
前残っていたおにぎりを一人で食べ
てしまった先輩が凄く憎らしく思っ
たことなど、尋常ではない時には、
思いもよらないような感情にとらわ
れることもあるのだなあ、と、身を
もって知った。思い出は尽きない。
これはこれで感動ものであったが、
いつしかはもう少し高い南・北・中
アルプスなどへ登りたいという思い
が強くなった。しかし山へ登りだし
たのはかなり後からの事である。そ
のころ山好きだった学友が、別の大
学ではあったが、当然に山岳部に入
り、1年生の時に命を落としてし
まった。滑落したようで、なんとも
痛ましく、当時心の傷になったもの
である。

かの有名な深田
久弥は、今では熊
が怖くて登れない
ような山を、そん
な昔に、いかにし



て日本100名山なるものを命名で
きたのであろう。命名するにはそ
れ以上のかんりの山を登った事で
あろう。昔とて満足な山地図もな
い、整備された山道もないであろ
う山を、よくも日本全国くまなく制覇
したものだ、先人の偉大さに驚嘆

する。それもこれも、資金力、体
力、時間、フロンティア精神と好奇
心そして情熱があつてのものだろ
う。先の会報で日本百名山を完遂し
たというご夫妻が投稿されていた
が、驚くばかり、これはすごい事
である。私などには到底出来そう
もない、こちらも驚嘆でしかない。

その後、私はと言えば、アルプス
どころか楽な山ばかりを選んで登っ
ている。これはもう登山者とはい
がたい。山男たちに鼻から笑われ
しまう事だろう。いいところ、登り
で片道5時間程度の所までか、福島
県では安達太良山、磐梯山、会津
駒ヶ岳など、どれをとっても数時間
で登れるものであるが、かなり満足
度は高い。安達太良山の馬の背を廻
るときのなんとも言えない爽
快感、磐梯山から臨む360°の絶景も素
晴らしい一言。秋田・山形両県に
またがる鳥海山、頂上の噴火口をぐ
るりとめぐるあの爽快感は浮世の全
てを忘れさせてくれる地上の楽園
か、筆舌に尽くしがたいとはこ
のことか。極めつけはロープウェイ
で行く本曾駒ヶ岳、ロープウェイを
降りると、そこはスイスカと見間違
うような千畳敷カール、それはそれ
は素晴らしい一言、こう言うところ
を絶景と呼ぶのだろう。花と緑
と山容の見事な景色とコントラス
ト。こんなに楽しんでこのような夢の
ような景色を見られるのは、日本中
探してもそう多くはあるまい。そし
てそこから程なくして登れる本曾

駒ヶ岳2956mである。近くの乗
鞍岳も3000m級の山にして山頂
近くまで車で行けるので、登るのは
比較的容易である。

八方尾根から登るコースも中腹ま
でリフトで登り、あとは見渡す限り
のお花畑を登って行く、何と楽な山
登りか。

福島県のお隣には荒々しさを見せ
る那須岳（茶臼岳）もあり、こども
捨てがたい。ロープウェイで登り、
朝日岳、三本槍岳方面へのトレッキ
ングは心晴ればれ、なんとすがすが
しい事か。

山歩きは、なんとも深田久弥の足
元には遠く及ばないが、山はその都
度感動を与えてくれる。北は北海道
大雪山旭岳の、これでもかというほ
どの花畑、早池峰山のハヤチネウス
ユキソウが見たくて日帰り登山。雪
まだ残る月山、紅葉が素晴らしい栗
駒山などなど。

今はコロナ期を除き毎年のように
訪れている尾瀬ヶ原の散策が、気持
ちの洗濯と心の癒しとなり、例年の
楽しみとなっている。

少し前、無理に無理を重ねて何と
か憧れの欧州に行ったとき、スイス
のアイガー、メンヒを眺めながらユ
ングフラウヨッホ山の山頂まで登
頂。登山電車で頂上まで行けた!!
これは山登りではない、完全なる山
岳観光であるが、100年も昔に
3500mもの頂に、人力で鉄道を
引いたスイス人と作業に多く携わっ
たイタリア人に思いを馳せては多々

驚かされる。

頂上のアレッチ氷河をこの目で見る
ことができたのは生涯の思い出で
となろう。初心者域を出ない、せ
いぜい少しばかりかじっただけの山
歩きではあるが、いつでもいけると
未だ地元の飯豊山はおろか安積山
(額取山) にも登っていない。足腰
が何とかなるうちに、九州はミヤマ
キリシマを愛で、くじゅう連山に
出かけた。さらには額縁の絵のよ
うな上高地から北アルプスはジャン
ダルムを越え(越えられそうにない
けど)奥穂高岳、槍ヶ岳まで登る夢
を見る。

仕事に恵まれるのは むずかしい!!

緑川 孝子

入会して、多くの紹介がくるのか
なあと思っておりました。
けど、意外と自分で人材センタ
ーまで出向かないとダメな多い事が分
かりました。

人材センターの皆様もご苦勞な
さっている事は承知しておりますの
であしからず。

目下、自分で持ち込みチラシとか
見では電話をしてはいるのですが、
やはり80代になっては少しネ!と尻
込みをされてしまうのが現実です。

でも仕事が見つかることを願って
待つておりますので、よろしくお願
い致します。

物価の値上がりには、年金暮らし

も大変な時代になっております。

元気が欲しくて、 仕事をしました

羽賀 慎二

高齢者が生きるには、何が必要なの
か?

昨年ポリープを手術してから体
力・気力・興味が落ち込み、シルバ
ーに入会し、内勤の仕事に就き、さま
ざまな刺激がありました。

4月から散歩遊歩道のメンテ作業
になり、技能・体力・天候などの不
安は、太陽・樹木・土壌の自然の中
で先輩と作業したら消えました。自
分のペースで仕事ができる事と太陽
パワーでのマインドフルネスは感激
です。

家に居るより、外で仕事する方が
良い、とよく聞きます。昔の現役時
代の様に、家族の協力が有って、社
会の役にたつて収入が入る。

仕事で考えたり、段取りする脳は、
体や心にいい変化を起こし若返りに
なります。

高齢者の楽しみには趣味・スポー
ツもありますが、シルバリーになつて
も仕事をするのが楽しみに、そし
て生きがいにもなります。高齢者は
小さい希望でも頑張れますので、働



き続ける姿は子供への最後の教えと
思い、これからも無理しないで働く
道を行います。

私の生きがい

小滝 久子

古希を迎えた私。まるで他人事
のように思っていた70歳。自分も
後期高齢者の仲間に入るとは、夢
ようである。

まだ現職で児童クラブの支援員と
して勤務し早6年。孫のような子ど
もたちとの日常は、楽しいものでは
ある。見守り、遊び、安全を基本と
して保護者に返すまでが自分の役目。
40年以上も学校やニコニコ館等に勤
務し、子どもとのふれあいは一生の
仕事になった。

10年前の子どもと現代の子ども
は、大きく変わった。10年一昔とは
言うが、今の時代の流れについて行
くのは、中々大変。スマホの普及で
勤務の出退勤もスマホ。子ども達も
ゲームやYouTubeの話題。で
も、子ども達が、目をキラキラさせ
てそれらの話題を話すのは、今も昔
も同じである。しかし読書は、あま
り好きではないようだ。

昭和を生きた私も、令和を生きる
Z世代やAIと共存しなければと思
う。子ども達と過ごせる私もあと何



年お役に立てるか。今では、それが
生きがいです。と言える。

梅雨の湯豆腐

家久来 明子

ふと目にした
「梅雨の湯豆腐」池波正太郎の一編
だった。

へえ、夏にね・・・。
そんな時友人が長沼で三代目を受
け継ぐ店の美味しい豆腐を届けてく
れた。

手のひらに乗せるとずしりと重
く、すぐに晩酌の肴にすることに決
めた昆布を敷いた鍋に豆腐を滑らせ
「ネギ」「鰹節」「醤油」定番の薬味
を添えひと口・・・。

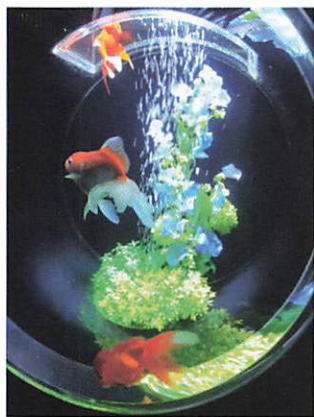
それは、それは、極上の時間が訪
れた最高の夜だった。

6月16日 日記に「梅雨の湯豆腐」
と記した

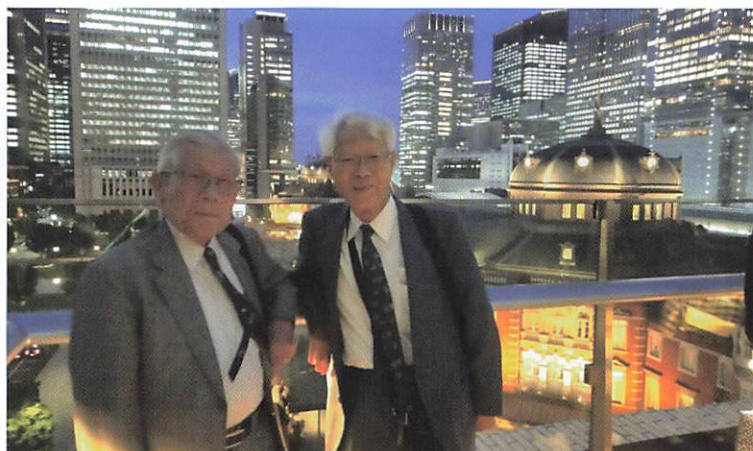


クマガイソウ





アートアクアリウム



「我ら二人はファンタ爺」

シルバー事業の道案内
シルバーの事ならおまかせを

シルバーグラウンドゴルフ

火曜会より
伊藤 正信

共助会、会員皆様元気に暮して居られる事と思えます。

暑い日が続きますがお体ご自愛下さい。

火曜会では常に会員を募集しております。

4月から11月まで毎月第一、第二、第三、火曜日に午前8時30分から練習開始し午前11時には終了します。

年会費は2,000円です。火曜会では独自の大会を開催します。

5月、9月、11月、には大会を開催します。11月は納会大会として開催で、練習会場は開成公園内（自由広場）です。

見学練習出来ます。火曜日（練習日）初心者でも可です。

道具はあります。誰にでも出来る競技です

遣って見たいと思われる方は
TEL.090-4880-1445 伊藤正信まで、



トクサ

事務局だより

○シルバー団体賠償責任保険 会員免責額の改定

先に何度かお知らせしておりますが、今年度より賠償事故の多発を受け、会員が負担する保険金免責額の改定が次のように行われております。

くれぐれも事故に遭わない、事故を起こさないことを肝に銘じて就業されるようお願いいたします。

受取保険金免責額（会員負担額）
1事故につき…50,000円

○フリーランス新法の施行日決まる

施行日…2024年11月1日

いよいよフリーランス新法の施行日が決まりました。

前にもお知らせしておりますが、会員の皆様方は「フリーランス（個人事業主）」ですので、この法律により影響を多く受けますが、より良い方向（フリーランスの保護等）に変わります。

詳細は、再度会員各位にお知らせしますのでそれまでお待ち願います。

なお、センターホームページ（<https://www.k-sjc.org>）に「会員業務就業規約、センター利用規約を

掲載しておりますのでご覧願います。

○就業者募集

・除草・植木手入れ就業者常時大募集中です

・筆耕就業者募集

○職員（2024年入職）の紹介

・船橋修（除草）
・三輪麻衣子（派遣）
・佐藤恵美子（データ処理）
よろしく願います



ヒマワリ

○新会員の募集協力依頼について

◆入会の要件

- ・郡山市に居住し、当年度中に60歳以上になる方
- ・健康で働く意欲のある方
- ・臨時的かつ短期的な仕事を通して、自らの生きがいの充実や社会参加等を希望する方

◆説明会開催日時

毎月10日、午前9時開始
※10日が土曜、日曜、祝日の時は翌日の同時刻に開催します。

◆開催場所：郡山市総合福祉センター

集会室、又は研修室
※また事務局窓口でも常時説明のあと受付けております。

◆持参するもの

- ・本人を確認できるもの
(運転免許証、健康保険証など)
- ※複数の新会員を紹介されその方が入会された場合は、毎年定時総会の席上、表彰させて頂きます。(記念品あり)

・新会員の紹介には「新入会員紹介用紙」を使用してください。



○郡山市S.C.会報

シルバーだより109号

「会員のひろば」への投稿募集

会員の皆さまからの投稿をお待ちしております。

「俳句、短歌、川柳、写真、絵画、旅行記、人生訓、忘れ難い出来事、楽しかった思い出、人生が二度あれば」、など何でもお寄せください。

また来年、年男・年女になられる方からの「2025年今年の私の願い」等の原稿も同時募集します。

奮って多くお寄せくださるようお願いいたします。

2025年1月1日発行予定



花 花



夕映えに染まる猪苗代湖と磐梯山

編集後記

今年も暑い、季節は春の喜びもそこそこに、梅雨などご降る雨とばかりに炎天下、全国各地39℃超えなどと報道されない日はない。

連日の猛暑日、会員の方々の熱中症や体力が案じられます。そんな中、会報108号をお届けします。今号は総会が開催され役員の選任などがあったため、就任の挨拶文など、多く掲載しました。

コロナも感染症の5類に移行して1年が経ちました。事業も、諸活動も共助会活動も早く元に戻りたい一心であります。

会員の皆様方の酷暑の中での頑張りに思いを馳せ、健康と充実した人生を願いながら会報をお届けします。何とか夏を乗り切って参りましょう。

なお、会員各位のご投稿はオリジナリティーを尊重して、原文のまま掲載しておりますのでご了承願います。

広報委員会

渡辺 洋子

家久来明子

藍原 八郎