

～ ご自由にお持ち帰りください ～

連合会広報誌

第35号

シルバーみやざき

シルバー人材センターで
お仕事、ボランティア、レクリエーション
充実したシニアライフを！

都城市シルバー人材センター



「川の駅」で都城西高新聞部の
取材を受ける会員さん



「川の駅」での仕事は楽しい

延岡市シルバー人材センター



シルバーマルシェ



シルバーマルシェで
めだかすくい



歌声広場



都城西高新聞

発行：都城西高等学校新聞部
 2年 岩切 大浦 中條
 1年 安楽 上原 釘田
 桑畑 中川 藤川
 坊地 細山田 由地

みなさんに憩いの場を提供します 都城市「川の駅公園」を管理するシルバー人材センター

8月28日に都城市都島町の大淀川のほとりにある「川の駅公園」を訪ねました。川の駅公園は、マウンテンバイク、スケートボード、インラインスケート、「おもしろ自転車」のコースや、3on3のできるバスケットボールコート、クライミングウォールなどがあります。小さい子どもから大人までみんなが楽しく遊べる場所で、休日には朝から夕方までたくさんの人で賑わいます。

元気に働ける幸せ

シルバー人材センターの竹迫勝義さん(73)と山内剛秀さん(63)は、現在、川の駅公園の管理者として働いています。

竹迫さんは、自衛官を定年退職後、同じように地域貢献のできる仕事を続けたいと思い、シルバー人材センターに登録されました。70歳を過ぎても身体を動かして元気に働けることが幸せだと話します。お二人とも、この公園での地域の方々との交流を通して、充実した毎日を送っていらっしゃいます。



竹迫勝義さん(左)と山内剛秀さん(右)

利用者の笑顔が喜び

どの施設利用が多いか尋ねると「一番の人気はおもしろ自転車。乗る人数や車体の形の変ったものがたくさんあります。夏休みなどの長期休暇には多くの利用者が訪れて、数十台ある自転車が全て貸し出されるほどの人気です」とのこと。「おもしろ自転車で楽しく遊んでいる利用者の笑顔を見るとこちらもう嬉しくなります」と笑顔で話してくださいました。



整然と並べられた「おもしろ自転車」

また、利用者が怪我なく楽しめるように、遊具の点検や整備など、安全管理にも細かく気を遣われています。誰でも楽しく安心して遊べるように、裏方としてお二人が支えていることが分かりました。

シルバー人材センターの会員の皆さんは、他にも、学校などでの駐車場整理や、各家庭の草刈り・庭木の剪定、農作業など、自分のこれまでの経験や得意なことを生かして、様々なところで活躍されています。年齢を重ねても元気に過ごされ、地域の手助けになる素敵な活動をされていると思いました。



スケートボード、インラインスケートのコース

週3でバスケットを楽しみます

バスケットボールコートで楽しんでいた中学生と高校生の4人に話を聞きました。彼らは週に3回程度、放課後や土日この公園を利用しています。いつもたまたまその日に居合わせたメンバーで遊ぶため、多い時は10人以上で楽しむこともあるそうです。

コート管理する会員の方々に向けて「僕たちがいつもこうやってバスケットができるようにコートの管理をして下さってありがたいです。怪我したときなどにもすぐに対応して下さいるのでとても助かります」と感謝の気持ちを述べました。

学校や年齢を問わず多くの方が利用している川の駅公園。若者の交流の場も支えてくれています。



大粒の汗を流してバスケットを楽しむ中高生のみなさん

みんなで地域を支えよう ～取材を終えて～

今回の取材で、会員の皆さんが生き生きと楽しく活動をされている様子が伝わってきました。また、遊びに来ていた人も楽しそうに過ごしていました。何人かの利用者に話を聞いたところ、会員の方々が施設の管理をされているということを知ったという方もいて、改めて感謝の言葉を述べていました。今回の取材を通して、自分たちが川の駅公園を安心して利用できているのは、会員の方々が裏方として支えてくださるからだということを改めて実感することができました。

また、今回取材した川の駅公園だけでなく、地域のいろいろな場所で活躍されていることも知りまし

た。私たちの気付かないところでお世話になっているのかもしれません。

地域社会は、子どもから高齢者まで、幅広い年齢の、いろいろな立場の人が集まって成り立っています。自分たちの住む地域のために、私たち一人一人が、それぞれの立場でできることをやり、みんなで地域を支えていくことが大事だと思いました。

今回の取材に協力して下さいた皆様、本当にありがとうございました。

都城西高校新聞部紹介

都城西高校新聞部は、2年生3名、1年生9名の計12名で活動しています。昨年度からの部員は2年生1名だけで部の存続が危ぶまれましたが、今年度に入り新しく11名が入部し、県内で最も大所帯の新聞部になりました。1年生は記事の書き方や写真の撮り方、レイアウトや見出しの作り方などの新聞作りの基本を身に付けようと頑張っています。部員1人1人が自分の役割に真剣に取り組み、互いに助け合いながらよい新聞を作ろうと励んでいます。

新聞は、学校行事の記事を中心に、年間10号ほど発行しています。9月には本校の文化祭と体育祭である「葵碧(きへき)祭」が行われました。自分たちも行事に参加しながら、同時に取材も行い、B4版の新聞を3枚発行しました。

9月下旬の県高校総合文化祭では、小林駅周辺の施設や店舗、出の山の県水産試験場などを取材しました。県内の各地を回って見聞を広げられるのも新聞部の魅力の一つです。

新聞を通して、人と人とを繋げ、学校を元気にするのが新聞部の役割です。これからも、取材を受けた人や読む人の喜ぶ顔を思い浮かべながらよい新聞を作っていこうと思います。



シルバー人材センターの方々と都城西高校新聞部員

畑地灌漑事業に伴う発掘作業 公益社団法人 えびの市シルバー人材センター

派遣事業を行っているえびの市シルバー人材センターは、現在、国等の畑地灌漑事業に伴う市の遺跡発掘作業に、会員を派遣しています。畑地灌漑事業の対象となっている、えびの市大河平地区の土取遺跡では、市社会教育課の中野和浩主任技師、税田脩介技師の指導のもと、約20名のシルバー会員が、発掘作業に従事しています。

土取遺跡は、3万年前から1万年前の旧石器時代の遺跡で、その時代の石器や縄文土器が見つかっています。当時の人々はまだ1カ所に定住することなく移動を繰り返し、狩猟採集生活を営んでいたと考えられており、移動した所で料理跡などが発掘されるそうです。

おいしいお米と評判の「えびの産ひのひかり」の田んぼが、稲穂を实らせてキラキラと輝く中、あぜ道の一角に、会員の軽トラックがずらっと並んでいます。発掘場所は、大部分をブルーシートで覆われ、今日の発掘予定箇所であるテントの中でシルバー会員が一団となって、手を動かしていました。



テントの中、熱中症に抗して

大きな岩が2つ出てきていましたが、これは34万年前の「加久藤カルデラ」の名残で、溶岩の固まったものだそうです。今、目の前に展開する発掘作業を通して、気の遠くなるような時代のかたにロマンを感じながら、会員の皆さんは、和気あいあいと作業に従事されていました。

えびの市シルバー人材センターは、現在会員総数193名の体制で、草取り、草刈、剪定等の一般的な仕事に加え、特徴的な取組として伐採した木々を利用した腐葉土づくりを行っています。腐葉土は細かく粉碎した木々にEM菌を加えて発酵させ、効率の良い腐葉土が「売り」になっています。今後の課題としては「会員拡大」が挙げられますが、そのため、草刈、リサイクル、スマホなどの講習会を一般向けに開催しています。

(広報委員 中川)

● 会員の声



中村 由紀子さん
(76歳)
シルバー歴2年

シルバー歴は2年です。シルバーに入るきっかけは、西事務局長からの入会のお誘いに応えたから。発掘作業は始めてから1年5ヵ月です。きつい作業に見えるかもしれませんが、仲間が楽しい人ばかりできついと思ったことはありません。それぞれの人間関係も良好で、家族以上の付き合いで、ほんとうにいい仲間に出会えたと思っています。



西園 守さん
シルバー歴13年

シルバー歴は13年目です。きっかけは、自治会の班長をしていたころ、事務局の渡辺さんに誘われて入会しました。入会当初は、草刈、芋取り、タケノコ選別などをしていました。発掘作業は1年半くらいの経験です。息の合った仲間たちとの共同作業は、とても楽しいです。熱中症対策の休憩時間にいろいろな話をするのが、仲良くなる秘訣です。

にこにこ こども食堂 公益社団法人 綾町シルバー人材センター

土曜日の朝8時半、保護者を含め20人ほどの小学生が集まっています。ここは綾町シルバー人材センターに併設したこども食堂。なごやかに箸を動かしている子、友達どうしや保護者どうしの話し声、「おかわり」などの声もまじります。近くの駐車場から車を降りた子どもが「おはようございます」とドアを開けて入ってきます。

にこにここども食堂が、毎週土曜日の朝に開かれると耳にし、お盆過ぎに訪問しました。センター職員の椎屋芳文さんと、調理・配膳にあたっている3名の女性会員にお話を伺いました。

数年前から「朝食をとらない子どもたちに対し、何かサポートできることはないか」と、松崎悦子事務局長を中心に構想は温めていました。コロナ禍も一段落した7月、県の補助金制度を活用し、ようやくスタートにこぎつけました。小学校とも相談した結果、平日ではなく土曜日に開くことになりました。県内のシルバーセンターの中では初めてのこども食堂の取り組みは、子どもどうしのふれあいのみならず、保護者どうしのふれあい、子どもとセンター会員とのふれあいも新たに生み出しています。



子ども食堂は平家部分で

感のある雰囲気もまた大きな楽しみです。

昨年9月にはセンター発足30周年を記念し、「南米ペルー民俗楽団 リチャリー」を綾町文化ホールに招いて、コンサートを開催しました。私たちにもよく知られた「花まつり」「コーヒールンバ」「コンドルは飛んでいく」などが演奏され、たいへんな喝采でした。

(広報委員 村田)

● 会員の声



写真左から末山美代子さん(75歳)
河野幸子さん(70歳) 押川妙子さん(76歳)

「食材はおもに地元の農家やシルバー会員さんから調達しています。まだ手探りの状態ですが、3人で話し合って料理を作り配膳することは楽しく、意義を感じます。自分と違う方法で調理することは勉強になります。シルバー人材センターへの入会は新しい情報・技術を手に入れ、身につける大きなチャンスです。食事をすませた子どもたちがお礼を言ってくれたり、帰りにあいさつしてくれるので気持ちがいい」と異口同音に答えておられました。

情報を、一刻も早く、町民に 門川町シルバー人材センター



慎重にかつテキパキと

お二人の第一声は「広報類は結構重く、持ち運びに苦労する」ということでした。量の多いときは車を3往復させることもあり、すべての区長さん宅を回ると距離は120kmを超えるそうです。雨降りではビニールをかぶせるなどの慎重さ・丁寧さも要求されます。ただペアを組んで動けば、段取りがよくなり、話も弾むそうです。これらの情報を楽しみに待っている町民に「一刻も早く届けたい」という気持ちが、ハンドルをまわし、潮風の漂う集落から住宅団地そして緑豊かな集落を、月2回駆け抜けていきます。

門川町シルバー人材センターは、五十鈴川左岸沿い、日当たりの良い低地に旧保育園舎を使って活動しています。センター会員数は131(男91、女40)人で、平均年齢は男女とも72歳～75歳ほど。昨年度は個人や役場、企業から705件の依頼があり、草刈り、剪定そして公園の清掃などに汗を流しました。当センターも高齢化や人手不足に直面しています。

昨年事務局長に就かれた平田兆^{いすず}さんは毎日現場を巡り安全確認に奔走、酒井春菜さんが庶務・会計などに奮闘^{きんとう}されています。事務所は令和5年度中に町総合福祉センター内に移転予定。

(広報委員 村田)



配布先の玄関前にて

●会員の声



石崎 岩男さん
(74歳)
シルバー歴14年

入会動機は友達に誘われたこと。草刈り作業などもやりましたが、自分の都合に合わせて仕事ができるのが、シルバーのよいところ。広報配りを通して、区長さんと話したり情報を得たりすることで、視野が広がったと感じています。

妻とアジ釣りに津久見(大分)まで足を延ばすのが楽しみの一つです。



安田 正幸さん
(70歳)
シルバー歴6カ月

石崎さんに誘われたことで半年前に入会しました。門川町にもいろいろなところがあるのだなあーとこの年になって初めて知りました。いっしょに車に乗ることで集落や道を覚え、目の前に見える人の営みが自分の勉強になっています。今まで畑仕事などをしてきましたが、最近は温泉につかるのが楽しみになっています。

連合会の取組

安全適正就業研修会

令和5年度安全適正就業研修会を、令和5年7月27日に宮崎公立大学交流センターの多目的ホールで開催。冒頭で、令和5年度安全標語入賞者の表彰式が行われ、入賞者に清連合会会長より、賞状と記念品が授与されました。



靄村さん、林さん、清会長、北元さん、稲積さん

研修会では、宮崎県消防学校の川口教務主任に「現場で出来る応急措置等について」お話しいただき、応急措置の実技体験もご指導いただきました。また、宮崎県警察本部交通企画課の小森課長補佐に「高齢者の交通安全について」お話しいただき、シミュレーター等を使った安全運転評価などの体験型演習を実施していただきました。就業場所での緊急措置の仕方や、最近増えている高齢者の交通事故の防止に役立つ内容で大変勉強になりました。



令和5年度 安全標語入賞作品一覧

役職員の部

優秀な人は仕事が出来る人？
いいえ、安全意識の高い人

延岡市SC
靄村 敬司



最優秀賞

会員の部

無くそう減らそう事故災害
自分の安全 自分で守る

えびの市SC
北元 幸生



優秀賞

安全確かめて いい仕事
信頼とご縁が 生まれます

都城市SC
稲積 幸男

なめてかかるなその仕事、
一寸の油断が命取り

高千穂町SC
林 六夫

連合会で行った講習・体験・セミナー（高齢者活躍人材確保育成事業）

宮崎市



ゴルフ場ポーター体験

串間市



草刈就業体験

国富町



介護送迎運転者講習

川南町



清掃講習

都城市



剪定講習

美郷町



スマホ講習会

シルバーの お仕事紹介

シルバーのお仕事は草刈りや剪定、清掃だけではなく、その他にもいろいろなお仕事を引き受けています。

送迎・運転

- 病院や介護施設での利用者の送迎
- スクールバス、マイクロバスの運転
- 給食や配食サービスの配達・配送



業務補助

- 病院や介護施設等での介護補助
- 病院や介護施設、宿泊施設等での調理補助
- ホームヘルプでの家事援助



受付や管理

- ビル、マンション等の建物管理
- スポーツ施設、公共施設等の受付事務
- 駐車・駐輪場の管理業務
- 事務補助



その他のお仕事

- 農作業、洗車、空き家・お墓管理、遺跡発掘作業など
- カート整理、袋詰め、ラッピング、梱包作業など
- 清掃、洗車など



- 学校給食配送の仕事は1日5時間内の作業でありかつ学校休暇に合わせ、春・夏・冬に休みとなります。このような短時間かつ年間約2カ月間業務が途切れるお仕事は、中長期的に仕事を担える方を雇用するのは大変骨が折れます。そのため数多くの元気な高齢者が登録されているシルバー人材センターから安定的に就労いただけているのは本当に心強いし助かっています。(学校給食配送業務)
- 弊社スタッフと上手に分担していただき、シルバーさん同士でも連携が取れています。時間内に作業を終えていただき助かっています。(運搬・包装等の業務)
- 清掃を代行していただいているおかげで、清掃にかかる時間が短縮でき大変助かっています。(事業所内の清掃業務)

発注者様の
声



入会やお仕事依頼についてのお申込み・お問い合わせはお住いの市町村シルバー人材センターへ

センター名	電話番号
宮崎市	0985-25-1430
都城市	0986-25-1000
延岡市	0982-32-4642
日南市	0987-22-3707
小林市	0984-22-2440
日向市	0982-52-2200
西都市	0983-43-0171

センター名	電話番号
えびの市	0984-25-3411
三股町	0986-52-7150
国富町	0985-75-9003
綾町	0985-77-3200
新富町	0983-33-0919
川南町	0983-27-1945
串間市	0987-72-6977

センター名	電話番号
高原町	0984-42-2423
高鍋町	0983-23-4680
木城町	0983-32-3045
門川町	0982-63-0950
美郷町	0982-59-0787
高千穂町	0982-72-3663
日之影町	0982-87-2680

センター名	電話番号
西米良村	0983-36-1212
諸塚村	0982-65-0375
椎葉村	0982-67-2275
五ヶ瀬町	0982-82-1520

公益社団法人 宮崎県シルバー人材センター連合会

〒880-0024 宮崎市祇園2丁目95番地

TEL 0985-31-3775 FAX 0985-31-3776

令和5年12月発行

<http://www.miyazaki-scr.jp/>

宮崎県シルバー

検索

