

地域に愛され 貢献する 魅力あるシルバーをめざして

いきいき

かわら版

vol.
65
2026.01

謹賀新年



会員の作品

公益社団法人

東員町シルバー人材センター

<https://www.toin-sjc.or.jp/>

東員町シルバー



シルバー人材センター
「ゆるキャラ」

理事長 あいさつ



理事長 水谷史郎

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、ご家族とともに、お健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、常日頃から当シルバー人材センターの事業運営に対するご理解とご支援を賜りました皆様に心から感謝とお礼を申し上げます。

シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供することにより、高齢者の「居場所」と「出番」をつくり、生涯現役の社会の実現を果たす役割を担っているとともに、高齢者の生きがいの充実、健康の保持増進、ひいては地域社会の活性化や労働力不足の解消に努めております。

近年の人口減少や少子高齢化の問題点として労働人口が減少していくことが危惧されておりますが、高齢者の方々が生きがいを持ち、いつまでもお元気に活躍していただくために、シルバー人材センターの役割はますます重要になっていくと考えております。

しかし、定年延長、再雇用制度などが社会に導入され60歳を超えた世代の労働環境や意識変化が生じているなかでの会員確保などシルバー人材センターを取り巻く環境は極めて厳しいものであり、超高齢社会、長寿化など社会構造の変化に対応していかなければならない大きな課題もございます。

人生100年時代と呼ばれる昨今、また健康寿命が伸展する中、高齢者が活躍し続けることができる「生涯現役社会」の実現の一翼を担うためにシルバー人材センターの役割である生きがいの就労と地域社会への貢献への取り組みを一層進めなければなりません。

このような状況を踏まえ、「健康保持増進」「生きがいづくり」「社会参加の促進」を積極的に推進し、皆様に愛されるシルバー人材センターを目指して取り組んで参りますので、皆様方の一層のご支援とお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

今年の干支は、60年に一度の丙午（ひのえうま）です。この年は、丙午にまつわる迷信なども注目されがちですが、行動力や活発さ、前向きに進む力が強調される年とされています。

大きく飛躍できる年になることを願い、皆様にとって、笑顔があふれ、健やかにご活躍されますこと、とりわけインフルエンザには十分ご留意されますことを祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

午 午(うま)の話



2026年は「丙午（ひのえうま）」です。「丙」は十干では「火」を表し、太陽のような明るさや情熱、強い意志を象徴します。「午」は十二支では馬を表し、これもまた陽の「火」に属し、行動力やスピード、エネルギーを意味します。この2つの組み合わせである丙午の年は、「情熱と行動力で突き進む」「燃え盛るようなエネルギーで道を切り開く」といった縁起の良い年とされています。

本年もよろしくお祈いします。

役員	理事長	水谷 史郎	理事	山北 正行	理事	深見 時子
	副理事長	山下さだ代	理事	早川ひろ子	監事	上西 直孝
	常務理事	西村 隆嘉	理事	萩原 豊子	監事	水谷 孝夫
	理事	山本 潔	理事	伊藤 茂樹		

会員活動紹介



おとこ塾身だしなみ教室



ピザづくり教室



体操教室



パンと夏のデザートづくり教室

会員講習会



安全運転講習



普通救命講習



軍手の
干支づくり



寄せ植え



女性のためのセルフケアプログラム



リズム体操



健康教室



安心・安全研修



コーラスの集い

東員町シニアのつどい

9月25日(木)「コーラスの集い」のみなさんが、歌声を披露しました。なじみの曲も多く、観客の方々にも口ずさんでいただけました。

アンパンマンのマーチ

もみじ

もしも明日が

明日があるさ

(シルバー人材センターバージョン)

ふるさと



会員のコメント

- みんなで楽しくできるのがいい。ハンドベルやタンバリンなど楽器にも混乱しながらチャレンジしています。
- 保育園・幼稚園を訪問するときには、子供たちの元気と笑顔にパワーをいただきます。
- 一緒に歌ったり手遊びをしたり、楽しい時間を過ごすことができます。
- 歌うことで脳が活性化している気がします。おしゃべりも楽しい。
- 声を出すこともフレイル予防になります。みんなで楽しみましょう。



稲わらリースづくり支援



保育園・幼稚園訪問

ハンドベルや太鼓、タンバリンなど楽器を交え園児とともに楽しい時間を過ごしました。



秋の音楽会

村祭り、どんぐりころころ、むしのこえなど13曲



Xmas
コンサート

あわてんぼうのサンタクロースや赤鼻のトナカイなどXmasの歌のほか、たきび、ゆきやこんこなど季節の歌13曲



セミナー 受講案内

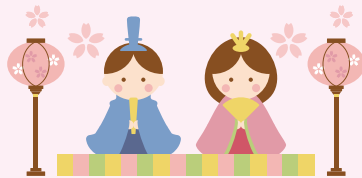
- 対象 東員町在住概ね60歳以上の方 募集定員 20名
- 応募方法 シルバー人材センターへお電話ください(☎76-2235)
- 応募期限 開催日の10日前(定員になり次第受付を終了させていただきます)

女性交流会

桃の節句

桃の節句にちなんだケーキづくり

- 日時 2月27日(金) 9:30~12:00
- 場所 東員町保健福祉センター
- 参加費 1,500円



いきいき美容教室

- 日時 3月11日(水) 10:30~12:00
 - 場所 東員町保健福祉センター 参加費 無料(協力:資生堂ジャパン)
- 気になる口腔ケアやリフトアップスキンケアをプラスしたソーシャルエリアパートナーによる美容教室を開催。 ※化粧品等の販売はありません

健康教室・健康測定

- 日時 3月26日(木) 13:30~
 - 場所 東員町保健福祉センター 参加費 無料(協力:さんあい薬局)
- 薬剤師によるお話と健康測定
(筋肉と脂肪の割合・メタボ情報、野菜の摂取量や血管年齢など)

午年生まれの 会員の声



富田 繁好さん

センターでは女性部会が中心になって活動している「コーラスの集い」や互助会の書道部に参加しています。コーラスの活動は町内行事や、幼稚園行事にも参加し園児と一緒に盛り上がり楽しんでます。日々健康を心掛け、万助溜公園での毎朝のラジオ体操には欠かさず参加しています。楽しみはたくさんあり、自宅の庭と、ほかにも畑を借りて野菜作りをしたり、海釣りや川釣りもしています。今年は75センチのウナギを釣って庭で檜の木の炭で火をおこし七輪で焼いて食べました。山登りも趣味で鈴鹿セブンマウンテンはすべて登りました。好きなことをしてあまりくよくよ考えず毎日を過ごし、地域の人には「仙人のような人」と言われているようです。



一色 星子さん

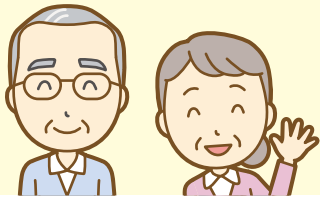
私は、三姉妹の長女として生まれ父親の勧めで、喫茶店を開店しお客様にも恵まれ楽しく過ごしましたが、10年を目途に閉店しました。その後、学校調理員として働き定年を迎え、しばらくして会員の友人から誘いを受けて入会し、学校事務員の仕事を続けています。腰痛の持病があるのですが、学校内外を歩くことにより整形外科と縁が切れて、とても良かったと感謝しています。また、子供たちの元気な声や姿にパワーをもらい、用務の仕事をごなしています。

趣味のない私ですが三姉妹での旅行やランチ、自宅で野菜・花づくりと頑張っ、笑顔で過ごせる日々をおくりたいと願います。

東員町商工祭



会員募集中



まずはお電話をお待ちしております。



入会説明会を開催しています。お問い合わせください。

＼ 私たちにおまかせください!! /

まごのてサービス

福祉・
家事援助
サービス



～元気な会員が貴方のご家庭でこんなお仕事をお手伝いいたします～

日用品のお買い物



お洗濯



衣類の整理



研修会も
しています!



＼他にも!!/

CHECK 就業の風景

子育て
世代



発注者コメント

近い年齢の方なので、細かく説明しなくても自然に動いてくださり、自分の家のように丁寧にきれいにさせていただいて本当に助かっています。業者さんとは違って、どこか家庭的な雰囲気があり、安心してお願いできます。1時間という限られた時間の中で申し訳ない気持ちもありますが、いつも快く対応してくださって感謝しています。

高齢者
宅



CHECK 就業の風景

窓ふき



発注者コメント

腕が痛くて自分では難いため、毎年お願いしております。いつもきれいにさせていただき、大変助かっております。

詳しくはセンターまでお気軽にご相談ください。☎76-2235

編集後記

新しい年の幕開けとともにお届けする「いきいきかわら版」、いかがでしたでしょうか。今号では、センターの活動の振り返りとともに、地域で就業している会員みなさんの様子や新たなセミナーの紹介をさせていただきました。今後も新しい挑戦や交流の機会も増やしていければと考えておりますので、ご期待ください。寒さ厳しき折、どうぞご自愛のうえ、今年も元気にお過ごしください。皆さまのご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



公益社団法人
東員町シルバー人材センター

東員町六把野新田143番地1
TEL (0594) 76-2235 / FAX (0594) 75-0455
<https://www.tojin-sjc.or.jp>

