

# シルバー ふく

自主・自立、共働・共助

2013年〔平成25年〕8月5日

## 第17号

公益社団法人  
福津市 シルバー人材センター  
企画・編集／広報・啓発推進委員会  
福岡県福津市手光南二丁目1番1号  
(〒811-3218) TEL 0940-43-6541  
FAX 0940-43-1214  
mail fukutsu-sc@sjc.ne.jp  
URL <http://www.fukutsu-sjc.jp/>



ご注文の商品「お届けしました！」

### 目次

- 理事長あいさつ「高齢者の就業と健康づくり」、平成25年度定時総会報告… 2
- 安全就業促進大会報告、会員互助会役員紹介…………… 3
- 支部長・地域班長紹介、新会員紹介…………… 4～5
- 「私の健康づくり」(藤堂会員)、安全標語入選作品、職群班長紹介… 6
- 熱中症の予防、地域ボランティア活動…………… 7
- 新事務所の紹介、事務局だより…………… 8

# 高齢者の就業と健康づくり



公益社団法人  
福津市シルバー人材センター

理事長 清水 幸男

市民の皆様、会員の皆様、残暑お見舞い申し上げます。  
この暑さの中で平均年齢七十歳のシルバー人材センター会員は連日汗だくで頑張っています。過日ある会員さんと立ち話をしました。「この年齢で仕事が出る喜び、両親から受けついで丈夫な体、お客様から喜んでいただける、これだけで十分です」と。これこそシルバー人材センターのあるべき姿だと思います。

さて話は変わりますが高齢者の雇用、就業開発はもはや国際的な動きになっていくのが現実です。平成九年のデンバーサミットでは先進国の高齢化問題が討議され「経済社会の活力を維持していくためアクティブエイジング(活力ある高齢化)」を基本理念として「高齢者は扶養されるべき」との旧来の発想から「高齢者が長年培ってきた知識・経験等を活用し働く事を通じて高齢者の希望や能力を生かす社会へと発想の転換を図るべき」と合意されたとあります。少子高齢化時代の到来を予測して我が国がシルバー人材センターの創始、東京都高齢者事業団の創設(昭和五十年)からシルバー人材センターの法整備上の基盤となり、昭和六十年高齢法に発展してきた、世界に類をみない高齢者に対応した制度の主旨・目的が、国際的に認識されたものと思っています。一方国内では厚生労働省研究班によって六十五歳以上の方の健康づくりの活動基本が五月に発表されました。厚労省としては初めての事だそうです。六十五歳以上の方は散歩・ストレッチ体操等毎日四十分以上を必要としています。この事により生活習慣病、関節痛、認知症等にかかるリスクが二十%以上低くなるとしています。福津市も六十五歳以上の方が一万五千人を超えています。実に二十六%以上です。皆さんいかがですか?就業を含めた適度な運動を通して健康を維持し、地域活性化に努め、充実した生活を送りましょう。

## 平成二十五年度 定時総会開催される

去る五月三十日(木)ふくとびあ健康プラザにおいて、平成二十五年度公益社団法人福津市シルバー人材センター定時総会が開催されました。

会員総数 四六八名に対し  
出席者数 一三八名  
委任状数 二七九名  
合計 四一七名で、

定款第十八条(会議の定足数)に基づき、総会の開催となりました。

寺嶋理事の「開会のことば」で開始され、清水理事長の挨拶、次に小山市長、大久保市議会議員長、阿部県議会議員、宮内衆議院議員(ビデオレター)とご祝辞を頂きました。

引き続き、司会の青谷理事よりご列席頂いたご来賓の方々の紹介が行われ、祝電の披露は員原理事より行われました。

その後原田耕次氏が議長に選出され、審議に移りました。

〈第一号議案 平成二十四年度事業報告〉

公益社団法人としての初年度について、安全・適正就業の推進や、労働者派遣事業実績の大きな伸び、企画提案事業3分野(介護・子育て・環境)の取り組み等の事業活動状況が報告され、会員数の減少など会員状況

についても報告がありました。

〈第二号議案 平成二十四年度決算報告及び監査報告〉

貸借対照表・正味財産増減計算書その他財務諸表による財政運営状況の説明と監査報告のうち、両議案について質疑応答が行われ、第一・第二号議案共に賛成多数で原案通り承認可決されました。

〈第三号議案 定款の一部改正〉

高齢法の改正に伴う定款第四条第二号の一部改正について説明があり、全員賛成で承認されました。



〈報告事項〉

一、平成二十四年度予算実績比較報告  
 二、平成二十五年度事業計画  
 三、平成二十五年度収支予算  
 以上について説明が行われ、定時総会の全ての議事が終了しました。  
 最後に吉積理事による「閉会のことば」で平成二十五年度定時総会は無事終了しました。

安全就業促進大会報告

平成二十五年七月十一日、大博多ホールにて、公益社団法人福岡県シルバー人材センター連合会主催の安全就業促進大会が開催されました。

今回は四十二センターから約三百五十名の参加があり、当センターからも安全推進委員長以下委員・事務局職員計七名が参加しました。また今回は春口和夫会員が安全標語の「優秀賞」に入賞したという知らせが事前に入っており、春口会員もこの日に行われる表彰式へ出席するため一緒に参加しました。

まず連合会安全・適正就業対策委員会委員の開会のことばに始まり、連合会会長の挨拶、来賓の厚生労働省福岡労働局職業安定部長と福岡県福祉労働部理事(兼)労働局長の祝辞へと続き、県下で事故の少ない七

安全標語優秀賞を受賞！  
『これくらい 甘い気持ちで 事故招く』

センターが安全就業優良センターとして表彰を受けました。  
 続いて安全標語表彰に入り、春口会員の安全標語「これくらい 甘い気持ちで 事故招く」の垂れ幕が優秀賞として大きく披露され、その前で、他の受賞者とともに表彰状・記念品の授与が行われました。  
 表彰式終了後、春口会員は、「こんなに多くの人たちの前で表彰されて、



賞状を受ける春口和夫氏



とても嬉しいです。これからも安全に対する意識を常に持ち続けていかなければと再認識しました。」と話していました。

このあと県の安全・適正就業対策委員会の活動報告、(公社)築上町シルバー人材センターの安全推進活動の事例報告、博多署の安全講話・記念講演「高齢者の健康づくり」があり、最後に(公社)久留米市シルバー人材センター安全委員長の安全就業宣言で閉会となりました。当センター委員も今回参加して、改めて「安全はすべてに優先する」という言葉のもと、安全就業の徹底に努めていくことを確認しました。

平成25・26年度 会員互助会 役員紹介



会員互助会会長 花田 勲

この度、会員互助会会長に就

任致しました勝浦地区の花田勲と申します。皆様は縁あってシルバー人材センターの会員になられました。働くばかりが人生ではありません。この縁を大切に人の輪を大きく広げて下さい。きっと良い事があると信じます。このため会員互助会役員一同一生懸命努めさせていただきます。皆様の各行事の多数のご参加、ご協力の程よろしくお願いたします。

会員互助会役員

- |     |            |
|-----|------------|
| 会長  | 花田 勲(勝浦)   |
| 副会長 | 熊本 勝安(福岡南) |
| 会計  | 梶木 和夫(宮司)  |
| 総務  | 桃田 忠良(神興東) |
| 幹事  | 音成 正博(福岡)  |
| 〃   | 佛坂 靖之(上西郷) |
| 〃   | 花岡 寛(神興)   |
| 〃   | 永島 一郎(津屋崎) |
| 〃   | 江島 宣行(福岡南) |
| 監事  | 増田 義則(勝浦)  |

互助会同好会

会員互助会同好会サークルは、カラオケ(10名)、ゴルフ(33名)で活動しています。加入希望の方は、互助会にお申し込み下さい。

平成25・26年度 支部長・地域班長紹介

地域班は、会員相互の連帯意識と親睦を基調に、センターと会員との緊密な連携体制をつくり、事業の推進を図るものです。

会員皆様のご協力をお願いします

福間校区



支部長 佐藤 春信  
花見1



班長 都地 昌  
花見2



班長 鈴木 幸男  
南町・緑町



班長 狩野 政光  
松原・本町・昭和1・西福間1



班長 泉 潤太  
大和1



班長 林 靖子  
大和2・古町

福間南校区



支部長 楠本 岩男  
原町1



班長 船越 重利  
四角・日蒔野・両谷



班長 稲葉 錦二  
原町2・有弥の里



班長 松本 俊幸  
原町3



班長 坂田 稔  
花見3・4



班長 日高 武敏  
光陽台1・2・3  
光陽台南

上西郷校区



支部長 小田 善彦  
本木・畦町・内殿・舍利蔵



班長 上田 和政  
上西郷

神興校区



支部長 井上 恒廣  
東福間1・2・3・7・高平



班長 林 敏秀  
東福間4・5・6・小竹



班長 上田 一之  
東福間8



班長 富田 洋三  
光陽台4・5・6



班長 小柳 嘉彦  
手光



新会員紹介 敬称略・五十音順

(平成二十四年七月二十三日)

平成二十五年七月十二日

氏名	区名
赤間 克子	天神町
阿高 弘	光陽台六
安部 誠一	東町二
安部 文範	新町
阿部 康夫	塩浜
石田 秀子	大和一
石津 宏介	宮司二
石橋 龍吾	東福間八
泉 潤太	大和一
岩村 新子	若木台三
上野 勝則	緑町
大神 常男	東町一
長田 勝十	若木台六
蒲池 好登	大和二
川上 健次	岡の三
北島 博	光陽台六
城戸 喜美男	久末
木村 和義	東福間二
木村 丕	原町一
久々成 芳一	大和一
小森 信策	若木台五
西藤 金二	光陽台五
坂本 規久生	宮司二
椎木 信敏	宮司ヶ丘
茂野 順子	若木台一
篠原 房義	光陽台二
柴田 義春	渡
芝山 恒敏	若木台六
渋谷 謙作	大和二
高田 志伸	宮司二
高田 照子	桂



**(公社)福津市シルバー人材センター  
会員数** (人)

支部	男性	女性	計
福間校区	59	15	74
福間南校区	82	23	105
上西郷校区	21	1	22
神興校区	53	18	71
神興東校区	50	17	67
津屋崎地区	36	6	42
宮司地区	40	12	52
勝浦地区	26	7	33
計	367	99	466

(平成25年7月12日現在)

**神興東校区**



班長  
内藤 博之  
若木台 5・6



班長  
後藤 好男  
津丸 久末・八並



班長  
高城 学  
通り堂 桜川・あけぼの



支部長  
春口 和夫  
若木台 1・2・3・4

**津屋崎地区**



班長  
香立 和邦  
新東区



班長  
吉田タミ子  
津屋崎2(岡の3・新町・北の1・2・新渡



班長  
上妻 幸雄  
津屋崎1(東町1・2・天神町・岡の2)



支部長  
山内 善福  
的岡



班長  
今井 崇  
末広 堅川・新成・梅津・塩浜



班長  
五反田 須多田・大石 在自・生家



支部長  
花田 勲  
奴山 桂・西東・勝浦浜・勝浦松原

**勝浦地区**



班長  
藤嶋 保馬  
星ヶ丘



班長  
工藤 敏正  
宮司3・西



班長  
岡野 勝馬  
宮司1・2



支部長  
寺本 博一  
宮司ヶ丘

**宮司地区**



**シルバー人材センター  
会員募集中**

福津市内在住の方で、60歳以上の健康で働く意欲のある方。入会ご希望の方は、入会説明会にご出席ください。

〈入会説明会〉  
毎月第1・第3水曜日の10時から、シルバー人材センター事務所で行っています。  
福津市手光南二一ー一  
ふくとびあ・いきいき交流館  
電話〇九四〇一四三一六五四一

瀧口 光枝 若木台四  
武石 安文 若木台一  
武田 周二 大和  
田邊 英二 本木  
谷口 公人 的岡  
都地 昌 花見  
手柴 昭 緑 岡  
花田 セツ子 的岡  
久枝 信之 津丸  
廣田 栄基 宮司ヶ丘  
廣渡 喜三男 南町  
房崎 憲隆 若木台四  
淵上 省三 若木台五  
堀口 厚 東福間二  
水野 茂 光陽台一  
宮木 国俊 大和二  
村田 勝彦 光陽台一  
森山 泰治 光陽台六  
山本 真人 有弥の里  
吉田 貞一 あけぼの  
吉野 弘子 北の  
吉村 勝 星ヶ丘  
割石 充城 大和二

# 私の健康づくり

剪定班 藤堂昌昭

あと一年半で古希を迎える年齢になりましたが、今のところ、そこそこ元気に仕事や遊びに精を出しております。会社勤めの現役時代を含め、定年退職後も、健康に関して特別なことはやっていませんが、大きな故障もなく、病院のお世話にもなっておりません。私はアウトドア派を自認して体を動かすことが好きなので、結果的に遊びや趣味の運動が健康の元になつていると考えます。具体的には、週2日のテニス、月2〜3回



テニス仲間と一緒に (左端が本人)



シルバー人材センターのみんなとボランティア活動

のゴルフラウンド、週1回以上のゴルフ練習場通い、ふくとびあのフィットネス等ほとんど毎日2〜3時間は汗をかいています。

また、退職直後にスキューバダイビングの初級ライセンスを取得したので、夏場は恋の浦や志賀島の海に潜りに行きます。

シルバー人材センターで剪定作業やボランティア活動をする合間でそうした趣味を楽しんでいるので、遊び仲間には「藤堂さん、ちゃんとスケジュールを空けておいてくださいね。」と時々注文をつけられます。

とにかく自分の好きなことをしているので、ストレスもなく、おまけに仲間も増えて心身の健康維持や体力低下防止に役立っています。私の信条は、ピンピンコロリを目指し、毎日いい汗をかき、一日でも長く健康寿命を伸ばすことです。今後遊びに仕事に人生を充実させたいと思っています。

## 福津市シルバー人材センター 〈安全標語入選作品〉

応募総数六十点(会員二十五名)

- 今一度 現場の状況 確かめろ 吉田 隆秋
- 急ぎの仕事 あわてず さわがず 安全作業で 上妻 幸雄
- 感謝して 働く姿勢に 事故は無し 佐藤源四郎
- 事故の芽を 仲間をつみとる 危険予知 佐藤 春信
- 事故防止 決め手はあなたと私の 心がけ 大塚 洋一
- よくたしかめよう 見えぬところに 魔がひそむ 西山 三郎
- 今やろう 作業前の 指差しチェック 田邊 英二
- これくらい 甘い気持ちで 事故招く 春口 和夫



理事長、安全推進委員長と入賞者の皆さん

隣の作業 気づいて注意 見て安心 増田 義則

チームの和は 明日への仕事の エネルギー 森山 泰治

## 平成25年度 職群班長紹介

### 剪定

- 公共草刈
  - 1班 藤堂 昌昭
  - 2班 沖 和芳
  - 3班 増田 義則
  - 4班 大塚 洋一
  - 1班 山田 嘉勝
  - 2班 岡野 勝馬
  - 1班 山内 満
- 民間草刈
  - 1班 藤堂 昌昭
  - 2班 沖 和芳
  - 3班 増田 義則
  - 4班 大塚 洋一
  - 1班 山田 嘉勝
  - 2班 岡野 勝馬
  - 1班 山内 満

### 公共除草

- 民間除草
  - 1班 花田 久男
  - 2班 濱田 秋彦
  - 3班 新地 安彦
  - 1班 花田 久男
  - 2班 長谷 安彦
  - 3班 花田 久男
- 公共除草
  - 1班 花田 久男
  - 2班 濱田 秋彦
  - 3班 新地 安彦
  - 1班 花田 久男
  - 2班 長谷 安彦
  - 3班 花田 久男
- 生活サポート班
  - 1班 井本 昌之
  - 2班 寺野 澄夫
  - 3班 藤岡 清利
- 清掃班
  - 1班 塚本 利彦
  - 2班 植木 健二
  - 3班 武藤 勇
- 駐輪班(有料)
- 駐輪班(無料)

# 熱中症を防ぎましょう!

熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。

高温多湿な環境では、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことで、体内に熱がたまり、筋肉痛、大量の発汗、吐き気や倦怠感、意識障害などが起こります。一人ひとりが自分の体調の変化に気をつけ、予防対策に万全を期すことが大切です。

## 熱中症の予防法

### ● 水分・塩分の補給 こまめな水分・塩分の補給

※高齢者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。

### ● 体調に合わせた対策

- ・こまめな体温測定
- ・通気性の良い、吸湿・速乾の衣服を着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオル等によるからだの冷却
- **室内環境**
- ・気温や湿度の高い日には、無理な節電は

### ● 外出時の注意

- ・日陰の利用、こまめな休憩
- **日常の健康管理**
- ・日傘や帽子の着用
- ・睡眠不足、体調不良、前日遅くまでの飲酒、朝食の未摂取などは病気のもとです。

体調の悪い時は、思い切って休みましょう。



## ボランティア活動で

## 地域貢献しました!

今年も5月の運動会シーズンに合わせて、神興・津屋崎・上西郷小学校の校庭等の美化活動を実施しました。

子どもたちが安全で、快適な環境の中、楽しい思い出づくりができるよう支援するため、多くの会員が参加し、各学校関係者・PTAの皆さんといっしょに力を合わせて作業しました。



神興小学校 (25名参加)

また、あじさいロードにおいても、紫陽花の花の咲く頃に合わせて、西郷川を守る会と協力して、川沿いの草刈・清掃ボランティアを実施しました。相当雑草の伸びきった状況の中、会員の手際良い作業と連携プレーで効率的にすっきりとした景観



あじさいロード (52名参加)



津屋崎小学校 (40名参加)

を取り戻しました。その後紫陽花の花も美しく咲き、通りがかる人々たちの目を楽しませていました。地域に喜ばれる活動として今後も継続していきたいと考えています。

# シルバー人材センター 新事務所をご存じですか？

公益社団法人福津市シルバー人材センター事務所は、現在、ふくとぴあ・いきいき交流館西側(下図を参照)に移動しています。

事務所の移動については、これまでお知らせしてきましたが、ご存じない方もまだまだ多く、「どこかわからん。」とよくお問い合わせをいただきます。

こどもの城建設に伴ういきいき交流館改修によって、現在、西側玄関から直接シルバー人材センター事務所へ、入れるようになっていきます。目印は紺色ののぼり旗です！(写真)



シルバー人材センター玄関



シルバー人材センターは、地域高齢者の就業・社会参加を通じた生きがい・健康の増進、仲間づくり等を推進し、かつ地域社会の活性化をめざしています。これからも、ふくとぴあ・いきいき交流館を拠点として、高齢者が地域で活躍する機会を提供し、様々な取り組みの中で、各関係団体との連携・交流を通して地域貢献を進めていきます。

# 事務局だより

## ●シルバーまつりの開催について

第九回のシルバーまつりは、十月二十日(日)に開催致します。恒例のリサイクル自転車販売をはじめ、会員が心を込めて作った野菜、梅干しの販売なども行いますのでご期待下さい。詳細は後日、お知らせします。

## ●「イロイロお届け便」をご利用下さい！

シルバー人材センターは市・商工会と連携して宅配サービスを行っております。(表紙の写真)現在いろんな特典がついたキャンペーンを実施中です。詳しくは市広報八月一日号の折り込みチラシをご覧ください。

## ●ご依頼下さい！包丁研ぎ

切れない包丁でお困りの方から「研いでくれ」というご要望にお応えし随時事務所受け付けています。価格は

- \* 菜切包丁 三五〇円
  - \* 出刃包丁 四五〇円
  - \* 刺身包丁 四五〇円
- どうぞご利用下さい。

謹んでお悔やみ申し上げます

(平成二十四年八月〜平成二十五年七月)  
光安 寛行様(十月) 東福岡六  
佐伯 進様(一月) 天神町  
山路 弘文様(三月) 原町一

## 編集後記

買い物に不自由を感じている市民への支援策として「イロイロお届け便」のサービスを開始して、半年が経ちました。御好評いただき今後さらにサービスを定着させる為、シルバー人材センターでも広報活動に力を入れていきます。私達シルバー世代の若さと元気を保つためには健康管理に徹する事が一番です。それには毎日必ず40分以上は体を動かす運動する生活リズムを作ること、運動をやる基本原則はラジオ体操など、どんな運動でもよいですから体を動かす「ああ気持ちよかった」と思える楽しい運動を毎日欠かさず実行する事を強く心掛けましょう。やはり人生は緊張と緩和、張りも必要緩みも必要、そして何事もほどほどが一番、まるくまあるく人生をエンジョイしましょう。

広報・啓発推進委員会一同