



柏シルバー

# ゆずりは

第 104 号

〈編集・発行〉 平成29年7月20日  
公益社団法人  
柏市シルバー人材センター  
〒277-0004 千葉県柏市柏下66-1  
柏市保健労働会館2階  
TEL 04-7166-6681  
FAX 04-7163-4150  
URL <http://kashiwa-sjc.or.jp/>  
メール kashiwa@sjc.ne.jp



旧手賀教会堂：柏市手賀  
(首都圏最古の教会)



現在の手賀教会堂の礼拝堂  
(この中に本物のイコン画が飾ら  
れている)

旧手賀教会堂内の山下りん作の  
イコン画 (複製・写真)

## シルバーの“顔”



(詳細は6頁)

廣末隆さん  
(「ふるーむの森」玄関で)

編集後記

6頁・みんなの写真館 グラウンド  
ゴルフ大会、シルバーの“顔”  
7頁・みんなの写真館

8頁・班会議紹介、安全だより  
安全標語表彰式ほか

シルバー学び隊ほか

2頁・平成29年度定時総会  
3頁・盛年の集い  
4頁・盛年の集い、じよぶコラム  
5頁・地域班全体会議、普及啓発

▽ もへじ △

☆ 平成29年度柏市シルバー人材センター安全標語最優秀賞作品 ☆

安全は 心のゆとりと健康から

## ● 平成 29 年度定時総会を開催 ●

6月22日 / アミュゼ柏クリスタルホール

公益社団法人 平成 29 年度  
柏市シルバー人材センター定時総会



挨拶する谷口会長



鬼沢副市長



山内市議会議長

柏市シルバー人材センターの平成 29 年度の定時総会が 6 月 22 日(木)アミュゼ柏クリスタルホールで開催された。出席会員 141 名、委任状など 1093 名、計 1234 名。内山理事の司会で進行した。谷口会長は挨拶で「寿命が出席した。



選任された 14 人の理事

が延びたと喜んではいらっしゃらない。これからの中年は健康と生きがい。常に新しいことに挑戦していただいたい。センターは第 2 次中期基本計画に基づきこの 1 年会員が増加、会員の皆様の努力のたまもの。盛

年集い、商工会セミナー、シルバーバンク輝きなど皆様に提案、少しつつ実を結んだ。このほど 2 期 4 年間務めた会長の職を引くことになった。皆様に心より感謝申し上げる」と述べた。

選任について、前田事務局長が説明を行った。29 年度の事業計画として総会出席率や班会議の参加率向上、シルバーサロンの設置、地域社会への貢献をあげている。さらに出席会員からの質

疑応答について前田事務局長が対応した。引き続き議長が対応した。会員の部

### 表 彰

案案件について審議され、津ヶ丘 1 班(植木班長)富勢地区北柏班(窪田班長)の監査報告が行われ、28 年度補正予算、29 年度事業計画及び収支予算等の報告がなされた。

また第 1 号議案(事業報告)、第 2 号議案(決算)、第 3 号議案理事及び監事の選任について、前田事務局長が説明を行った。29 年度の事業計画として総会出席率や班会議の参加率向上、シルバーサロンの設置、地域社会への貢献をあげている。報告を坂内マサ子代表が行い、総会は無事終了した。

次に来賓の鬼沢徹雄柏副市長と山内弘一柏市議会議長の挨拶が行われた。ほかに染谷柏市経済産業部長

①芝園開発株 ②株藤ヶ谷カントリーカ堂アリオ柏店トーヨー力堂アリオ柏店 ④ライフ増尾店 ⑤彩裕フーズ株 ⑥株サンベルクス豊四季店 ⑦株オートウェーブ



坂内マサ子さん

道明班長



時田副班長



曾我部地区長



芝園開発(株)様

④個人表彰(坂内マサ子)総会は、議長に日野理事、議事録署名人に入木会員、窪田会員を選出。稻林監事の監査報告が行われ、28 年度補正予算、29 年度事業計画及び収支予算等の報告がなされた。

入木班長

# 新たに選任されました役員をご紹介します。

会長 月川 瞳



このたび、柏市シルバー人材センターの会長に就任しました月川でございます。今や人生90年とも言われる時代になりますが、この超高齢化社会において、シルバー人材センターに対する期待と役割が益々高まってくる中、会員の皆様と仕事を依頼されるお客様のニーズに応えられるよう、更なる努力をしてまいる所存であります。

平成29年度事業計画に掲げましたが、「自主・自立・共働・共助」の基本理念の下、「働く・学ぶ・連なる」ことを目標に事業を開拓して参ります。会員の皆様が入会して良かったと、心から思えるシルバー人材センターを目指して微力ではございますが、ベストを尽くして頑張ります。皆様方のご支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。

このたび、退任された谷口前会長はじめ役員の皆様のご尽力に感謝申し上げ、益々のご活躍とご健勝を祈念し挨拶と致します。

副会長 日野 良英



このたび、副会長に選定されました。

今まで携わってきた広報、総務、企画調査の部会、安全委員会の経験を生かして、会長を補佐し、事業計画の完遂を目指して取り組みます。柏市シルバー人材センターが、今まで築き上げてきた「働く」「学ぶ」「連なる」を基盤に、高齢者の生きがいの充実と福祉の増進を図ること、活力ある地域社会づくりに貢献すること、の更なる推進を目指して取り組む所存です。「働く」を基本として、会員の皆様の、生きがいづくりの機会提供の体制を整えて行きたいと思います。皆様のご支援とご協力をよろしくお願ひいたします。

理事 内山 泰博



事業部会及び事務内山です。  
二期目となります。心新たに奮励努力します。

理事 鳴海 博美



新しい繋がりが広がればと思います。宜しくお願いします。

監事 稲林 良博



今年度も監事を引き受けます。となりました。理事、事務局の職務執行が適正に行われているか。日常管理処理についても内部統制組織、内部牽制が適正に機能しているかを調査し、監査します。

監事 宮島 敬



地域社会から高い信頼を得て、また経営的にも健全である組織体として発展していくために努めます。

理事 高橋 豊顕



女性の立場で見て、聞いて、考えて、微力を尽くしたいと思います。

理事 岡村 俊子



会員の皆様と執行部との間の潤滑油になれ

ばと存じます。

理事 一本 忠之



未経験な分野を強みに変えるつもりです。宜りに邁進して参

してお願い致します。

理事 一本 忠之



これまでの経験を踏まえ、業容拡大会員の意

識向上を図ります。

理事 小城 亨



地域社会から高い信頼を得て、また経営的にも健全である組織体として発展していくために努めます。

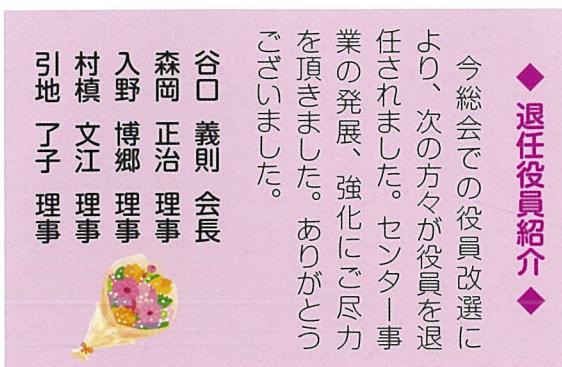
常務理事



人材センターが、

柏市シルバー人材センターが、

監事 稲林 良博



## ◆ 退任役員紹介 ◆

今総会での役員改選により、次の方々が役員を選任されました。センター事業の発展、強化にご尽力を頂きました。ありがとうございました。

谷口 義則 会長  
森岡 正治 理事  
入野 博郷 理事  
村木 文江 理事  
引地 了子 理事



## 第2回「柏市民盛年の集い」開く!!

《シニアが変わる》



5/31  
アミュゼ柏

- 柏市シルバー人材センター  
谷口義則会長挨拶
- 柏市シルバー人材センター  
来賓祝辞
- 柏市保健福祉部長・  
宮島浩二氏

柏市民盛年の集いにご参加  
ありがとうございました。当  
セントーは設立 37 年。千葉  
県では一番古く、働く・  
学ぶ・連なる“をモットー  
にしています。さらに、こ  
れからの高齢者は教育（今  
行うところ）と教養（今  
用事がある）を身につけ  
えました。そのうちの 15%

- 柏市シルバー人材センター  
谷口義則会長挨拶
- 柏市保健福祉部長・  
佐々木昌弘氏

「第 2 回  
人材センターで有効に活用  
してみませんか。本日はどうぞ最後までお楽しみ下さい」

柏市シルバー人材センター主催の第 2 回目の「柏市民盛年の集い」が 5 月 31 日（水）、アミュゼ柏クリスタルホールにて開催されました。60 歳以上の柏市民やシルバー会員合計 358 名が参加。講演会、会員による社会参加の体験発表、活動団体やサークルの紹介が行われ、最後にアトラクションなどを楽しみ終了しました。「シルバーセンターのイメージが変わった」「就労だけでなく趣味やボランティアなど幅広い情報を得られた」「とてもよかったです。来年も参加したい」などの感想が寄せられました。

ていただきたい。現役時代の勤務時間と退職後の余暇時間は同じという報告もあります。第 2 の人生は余生でなくこれからが本番なのかもしれません。柏市を明るくするために、私たち元気な高齢者が生きがいを持続

が生きがいをもつている方々だと思います。秋山浩保市長からのメッセージ”趣味を通じた仲間や新たな活躍の場を積極的に探しながら、実り多い時間を過ごされることを期待します”を皆様にお伝えします

- 千葉県シルバー人材センター  
連合会会長・  
佐々木昌弘氏

「柏市 SCC は特に派遣事業において県内トップ。谷口会長はじめ行政や皆様の努力のための高齢者が健康で働くことは、社会貢献になるだけではなく地域社会や家庭も明るくなり、有意義なことです。益々の発展を祈ります」

皆様こんにちは。日本では人生 50 年から 100 年になります。人生が倍近く長くなつただけでなく、人生を自ら設計して生きることが求められる時代になつた。年齢でも自分が持つている年齢でも最大限に發揮して生きいくことが大事。「自由時間がある、年金がある、知識・スキルがある、人のネットワークがある」といふこと。人生が大きく長くなるくなり、人生が倍近く長くなつただけでなく、人生を自ら設計して生きることが求められる時代になつた。年齢でも自分が持つている年齢でも最大限に發揮して生きていくことが大事。「自由時間がある、年金がある、知識・スキルがある、人のネットワークがある」といふことは他の年代にはない。異なる 2 つのキャリアを持つい年代といえる。働く・学ぶ・

- 柏市社会福祉協議会  
会長・中谷茂章氏

つ、一毛作の人生設計もあります。急速な少子高齢化の中

ができます。市内各地区でボランティアで活躍されている方が多いのですが、だんだん高齢化していきます。元気な皆さんに、自分たちの楽しみと同時に地域へ少しお力を貸していただきたい



### セカンドライフの 上手な設計



（東京大学高齢  
社会総合研究  
機構・特任教授）  
秋山弘子氏

があります。市内各地区でボランティアで活躍され、社会の支え手でありたいと願うシニアは少なくない。それにはセカンドライフのデザイン次第といえる。上手く歳を取るために長生きの質の向上に注力し①病気や障害がない②高い身体・認知機能③人と繋がつていくという、3つの条件がサクセスフルエイジングになる。年を取ると能力が落ちるのではなく色々変化していくということ。どのようにしていくことができる。年金がある、年齢でも自分が持つている年齢でも最大限に發揮して生きいくことが大事。「自由時間がある、年金がある、知識・スキルがある、人のネットワークがある」といふことは他の年代にはない。異なる 2 つのキャリアを持つい年代といえる。働く・学ぶ・

遊び・休むを組合せて自由に設計する。高齢者の就労率が高いと医療費が低いといつ厚労省の調査もある。

現在、柏市四季台では、長寿社会の街づくり研究を続け、柏全体に広げようとされている。セカンドライフ相談窓口（パレット柏）を一つにして元気なシニアの人材センターはその中核的な役割を果たしている。また住民がニーズを掘り起こし企業・行政・大学が一緒にになって街づくりを行う鎌倉市のリビングラボの取り組みも参考になる。

長寿は人類の夢、100 年の人生を健康で自分らしく生きること

（要旨）

（会員の皆様や事業所のご担当者など）との出会いに恵まれました。また車で市内の事業所などを訪問する機会が多いので地元の地理にも明るくなりました。柏で生まれ育つ

秋山氏

秋山 氏  
東京大学高齢者  
研究室  
2017

セカンドライフ  
秋山 氏  
柏市四季台  
2017

（当センター）  
（ジョブコーディネーター）  
（大学出てからずつと営業職、  
タレ）  
（NPO法人 ほのぼの研究所）  
（理化学研究所）  
（認知行動の専門家）  
（大武美保子氏が代表理事の団体）  
（認知症は努力次第で予防でき、老化を遅らせるには食べ物や脳を工夫して使う等、高齢者を支援する技術を高齢者と共に創っている。認知症予防と社会参加のセミナーなどを開催。）

（当センター）  
（柏水会）  
（ボランティアいきいき）  
（Alizeeのスイーツテ）  
（花笠柏の会）  
（ほのぼの研究所）

方は柏の広報紙を読むこと、市役所に行くことをお勧めしたい。そこできつかけを見つけ出合つたのが料理の仲間、はまつたのは柏レインソル。それからS・ウルマンの青春の言葉です。生涯活動ができるのは健康第一、自分が楽しいと思う活動をすることがありますね）

（數由紀子さん）（当センター）  
（ジョブコーディネーター）  
（大学出てからずつと営業職、  
タレ）  
（NPO法人 ほのぼの研究所）  
（理化学研究所）  
（認知行動の専門家）  
（大武美保子氏が代表理事の団体）  
（認知症は努力次第で予防でき、老化を遅らせるには食べ物や脳を工夫して使う等、高齢者を支援する技術を高齢者と共に創っている。認知症予防と社会参加のセミナーなどを開催。）

### ●社会参加の体験発表

山田輝夫さん

（当センター  
光ヶ丘地区長、シルバー大学院副学院長



「地域貢献したい」

### ●尺ハと箏の調べ

山田輝夫さん

葉市内を中心に行なうる尺ハ6重奏ユニット「竹つれづれ」による演奏が行われました。さまざまな種類の尺ハや箏、ギターなども交えたユニークな演奏を楽しみました。演奏は『毛越』『竹田の子守歌』はじめ演歌やジャズまで幅広く、参加者たちは普段なかなか味わえない尺ハの幽玄な音色に心癒されたようでした。



幽玄な音色に癒されました！

### ●活動団体・サークル紹介

#### 健康スポーツ吹矢「柏水会」



いつでもどこでもできるスポーツ吹き矢は呼吸が大事。試技が行われ見事に矢が命中しました。

（柏水会）  
（NPO法人 ほのぼの研究所）  
（理化学研究所）  
（認知行動の専門家）  
（大武美保子氏が代表理事の団体）  
（認知症は努力次第で予防でき、老化を遅らせるには食べ物や脳を工夫して使う等、高齢者を支援する技術を高齢者と共に創っている。認知症予防と社会参加のセミナーなどを開催。）

#### 生涯現役ときわ会

平成5年から活動。

趣味、学習、ボランティア、仲間づくり、社会貢献など。

#### 当センター協賛団体のホワイエ展示（抜粋）

#### （当センター）

#### （柏水会）

#### （ボランティアいきいき）

#### （Alizeeのスイーツテ）

#### （花笠柏の会）

#### （ほのぼの研究所）

### じょぶコラム④



シルバー人材センターに入社して2年あまり、ジョブコーディネーターの仕事を通じ、沢山の方々（会員の皆様や事業所のご担当者など）との出会いに恵まれました。また車で市内の事業所などを訪問する機会が多いので地元の地理にも明るくなりました。柏で生まれ育つ

たものの、長い間都内で仕事をしてきた私は地元の地理に疎かつたため、当初は道に迷う事も度々ありました。ナビで案内が出ない新設の介護施設に行く際に南逆井に向かっていたのになぜか松戸市に越境してしまったことも！？さて、最近依頼される仕事の傾向ですが高齢者施設・障害者施設での運転や調理補助、個人のお宅の家事援助（主に水回りやリビング清掃）などが増えています。いずれも日常的に車の運転をされている方や家事経験者であれば、対応していただける業務です。会員の皆さんにご紹介する前に、現地の下見を行い、できるだけ具体的に仕事内容をお伝え出来るよう心掛けておりますが、不安な点などはご相談ください。（田口）

## 地域班全体会議 一生きがいをいつまでもー



### 普及啓発活動 チラシを配布しました!

6月8日(木)、本年1回目の普及啓発活動を行いました。会長、職員、理事や会員16名が参加。

あいにくの小雨がぱりつく中、オレンジ色のお揃いのジャンバーで「シルバーセンターです」と声をかけ、柏駅東口・西口・南口の3カ所で、当センターのチラシとティッシュを配布しました。



年度第1回地域班全体会議が6月9日(金)アニユゼ柏にて、各地区の区長班長など48名、役員、事務局関係者が出席して開催されました。

谷口会長は「寿命が伸びて開催されました。」と挨拶しました。議題は「会員の生きがいについて」。日野総務部会長から今後のビジョンとして、地域班活動の活発化や、就労期間をできる限り長く、高齢化や体力衰えに対応した就業機会を提供する等説明がありました。報告は①表彰

ることや生き甲斐が大事。」盛り上がり、皆さんの力が益々必要」と挨拶しました。議題は「会員の生きがいについて」。

班活動の活発化や、就労期間をできる限り長く、高齢化や体力衰えに対応した就業機会を提供する等説明がありました。報告は①表彰

基準②柏踊りコンテストへの参加③地域班活動活性化④第2回柏市民盛年の集い⑤28年度地域班活動など。

### 「新公益法人と理事の役割・権限等について」の勉強会

4月21日、榎本靖久千葉県シルバー人材センター事務局長による「新公益法人と理事の役割・権限等について」の勉強会が開かれ当センターの理事、職員15人が参加。「シルバー人材センター事業のあり方に関する検討会(第三次報告書)」の資料を基に公益法人制度改革、理事の職務・課題などを説明。

本日は、「病気になつて初めて健康が見えてくる。寿命は伸び簡単に死ねない時

トルは「免疫力を高め病気を防ぐ」。講師の谷口義則会長は、「病気になつた。元気な人とそ

うでない人の差は自己管理ができる人とそうでない人の

差。納得のいく人生のため

をしないために免疫力を

と前置きし「免疫力」のお

話が始まりました。内容は、

①免疫について(免疫反応。

動物の自然治癒力。大腸と

白血球②免疫と病気の関

係(免疫と自律神経。交感

神経と副交感神経)③免疫を高める健康法(ストレッス。

体温。睡眠。便秘。歯の年齢)

④免疫を高める食品(ビタミンや発酵食品等)⑤朝食免疫実践法(スマージーや酵素、ナット類等)⑥免疫測定法。74歳、5年間風邪をひいたことのない会長の実践を踏まえてのお話に、額ぐ人が多くみられました。「説得力があり、楽しめた」「大腸の働きを活性化させたい」「いつも勉強になかった」「いつも勉強にならなかった」「お話を今後に生かしたい」などの感想が寄せられました。

谷口会長は「次回は8月下旬に予定

講師は会員の

溝田公昭さん。

## シルバー学び隊Ⅰ

### シニアの生活設計セミナー④ 免疫力を高めて病気を予防

第4回「シニアの生活設計セミナー」が、5月26日開かれ96名が参加。タイ

計セミナー」が、5月26日開かれ96名が参加。タイ

免疫実践法(スマージーや

酵素、ナット類等)⑥免疫

測定法。74歳、5年間風邪

をひいたことのない会長の

実践を踏まえてのお話に、

額ぐ人が多くみられまし

た。「説得力があり、楽し

めた」「大腸の働きを活性化

させたい」「いつも勉強にな

らなかった」「お話を今後に生

かしたい」などの感想が寄

せられました。

講師は会員の

溝田公昭さん。

## シルバー学び隊Ⅱ

### スマホ・タブレット・パソコンなんでも相談会

5月19日行われた「適正就業ガイドライン」研修には理事、事務職員20人が参加。講師はNRI社会情報システムの兼永マーケティング担当課長。適正な事業運営確保のための具体的なガイドラインについて説明。



講師の谷口会長

※次回は8月下旬に予定

講師の谷口会長

時。センター会

議室。費用は

1回300円。

講師は会員の

溝田公昭さん。





※次回の「柏ゆずりは会」は8月24日(木)、屋形船体験サマーパーティ(月島もんじや屋形船貸切)を開催します。詳細はシルバーだよりなどでお知らせします。

「柏ゆずりは会」初夏のお楽しみ会今年こそ優勝狙うぞ! と、実力を競い合いました。

柏ゆずりは会(代表・坂内マサ子)グラウンドゴルフ大会が5月18日(木)、柏の葉公園運動場で行われ、6地区から選出された30名と関係者の合計34名が参加しました。

晴天の下、「今年こそは優勝を狙うぞ!」といつた声があちこちで聞かれました。

柏ゆずりは会(代表・坂内マサ子)個人優勝の、木ールインワンも決めた溝口さんは「まさか優勝できるとは思っていませんでした。毎週1回、地元で練習しているのでその結果が出たかも」と笑顔いっぱいででした。



## グラウンドゴルフ大会開く(柏の葉公園運動場)



谷口会長から賞状を受け取る個人優勝の溝口勝美さん

## みんなの写真館



表紙

廣末隆さん



## シルバーの“顔”



ぶるーむの森

### 安心安全が第一

朝9時、新柏駅から徒歩5分の「ぶるーむの森」の玄関に、利用者さんを乗せた廣末隆さん(70歳)の運転する車が到着。廣末さんは施設スタッフの手伝いをしながら車椅子の降車を行い、利用者さん一人一人に笑顔でいさつします。そして夕方には、施設で一日過ごした利用者さんを自宅まで送り届けます。現在、「ぶるーむの森」での送迎運転等に従事するのは会員4名。廣末さんは週3日勤務しています。

ボランティアで音楽を楽しめます↓



↑「ぶるーむ」のおまつりの廣末さん

年法人化)は重度障がい児(者)の自立・支援とその家族の笑顔をサポートしさまざまな福祉サービスを提供する複合施設です。現 在利用者は約100名。

廣末さんは60歳までオ リックス自動車のレンタカー事業部で企画の仕事をされていました。退社後、同社特約店でフランチャイズの指導の後、当センターに。「ぶるーむ」の近くに住んでいたことで送迎運転業務に従事して1年。「この仕事は車での送迎とはい

え気を使います。とにかく安心安全が第一。利用者さんは車での送迎とはいえないでいたことで送迎運転業務に従事して1年。「この仕事は車での送迎とはい

え気を使います。とにかく安心安全が第一。利用者さんは車での送迎とい

い、利用者さん一人一人に笑顔でいさつします。その後で夕方には、施設で一日過ごした利用者さんを自宅まで送り届けます。現在、「ぶるーむの森」での送迎運転等に従事するのは会員4名。廣末さんは週3日勤務しています。

廣末さんは月一度、5年前から始めた趣味のハーモニカを使い、利用者さんたが同じ音を出せるようになれるのが夢。送迎の合い間を使って共に楽しめる時間を持つ、センターと「ぶるー

ム」で音楽を楽しめます↓

ハーモニカを通じ音と交流

社会福祉法人「ぶるーむ」(野田幸子理事長、平成26

年)は、月一回、5年前から始めた趣味のハーモニカを使い、利用者さんたが同じ音を出せるようになれるのが夢。送迎の合い間を使って共に楽しめる時間を持つ、センターと「ぶるー

ム」で音楽を楽しめます↓



