

令和元年度~令和2年度 宮崎市シルバー人材センター安全標語最優秀作品 「安全は」 日頃の意識の 積み重ね 藤元 孝憲(高岡支部)

10月の「全国シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」 にあわせて、10月18日(金) を「シルバーの日」とし、本部および佐土原、清武・田野、高岡各支部で安全講習会および清掃・ 草刈・剪定等の奉仕活動を行いました。

安全講習会〈宮崎市青少年プラザ体育館にて〉 (参加82名)



清 理事長





宮崎北交通安全協会



大川事務局長









講話に聞き入る会員たち

佐土原支部

安全講習会〈佐土原地域福祉センターにて〉(参加53名)







高岡支部

安全講習会および清掃奉仕活動(高岡総合支所周辺にて)(参加25名)







SUM DE

令和元年10月18日(金)

清武・田野支部

清武

安全講習会 〈清武支部にて〉 (参加 27名) 田野 安全講習会 〈田野文化会館にて〉 (参加 25名)









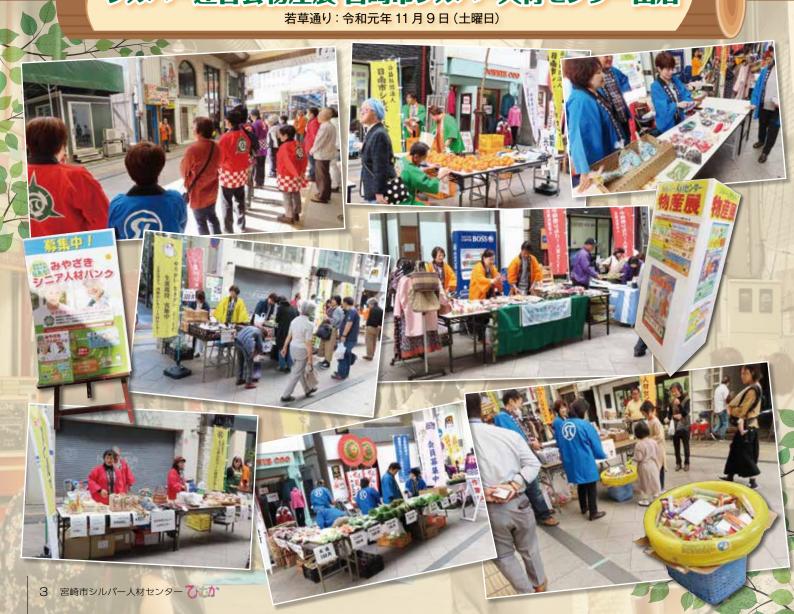








シルバー連合会物産展 宮崎市シルバー人材センター出店



小池 塾長

師になって欲しいと言われたのは。

6年前のことです。寺子屋塾の講

て、「子どもの健全育成」を目指して ルバー事業での社会貢献の1つとし をしている事に驚きました。が、シ でした。 開設していることを知り共感したの 私はシルバー人材センターが「塾」

学んでいます。現在、講師2名と事 かなせいか、子ども達は大変楽しく 体験、凧作り等々とバラエティー豊 年は主旨が周知されず塾生募集に 間、25、6回実施)。初めの5、6 年間学ぶことができるのです。(年 が無料、傷害保険金3千円のみで1 オーバーする程になっています。 苦慮しました。今では、定員10名を ここでは、授業料、材料費の全て 内容が、習字、英語の遊び、料理

センターの寺子屋は、すでに8年目 みません。

を迎えています。 以上を基底としたシルバー人材 伸びと自分を表現出来るという面 も達も気おくれすることなく、伸び 2時間を生き生きと過ごすのです。 ます。」子ども達は笑顔でやって来て 塾を待っていると、「おはようござい 準備をしっかり整え、子ども達の来 人一人の気持ちを汲み取り、手を差 し伸べることができるし、また子ど ここの長所は、少人数のために

さらに思いやりのある態度が、今後 の成長に役立つ事を切に願って止 て、当寺子屋で学んだ知識や技能 幸い入塾出来た子ども達にとつ

であります

務所職員2名が一緒になって、事前 施設貸出しは、2ヶ月前の第2土曜日 10 時から

抽選会が行われます。詳しくは、お気軽に電話で

36037名の方に利用

11月は、2903の団体、 室が無いほどです。4~

いただいています。

お問合せください。 青少年プラザ TEL 24-9138

*駐車場は、曜日やその日の利用状況によっては、 非常に混み合います。大変ご迷惑をおかけいたし ます。乗合わせや公共交通機関バス等をご利用い ただきますようご協力をお願いいたします。

^{おかもと} **岡本**

グ) を実施しています。

ふるまい・抽選会もあり 講座の発表や体験講座・ によるプラザ祭が行われ 毎年2月には、講座生

年の職業能力の向上や余 この施設は、勤労青少

リングによる無料個別相 は、専門家の産業カウンセ ています。『こころナビ』で 69名が受講し、今後は、臨 マスリース作りなど8回 付け、写真撮影やバドミ 短期研修では、ゆかた着 の勤労青少年対象に講座 が過ぎました。40歳以下 談 (キャリアカウンセリン 床美術などを開催予定し ントン、韓国料理、クリス で285回、延べ1884 われ、定期講座は、11月末 理・趣味などの種目が行 から教養・スポーツ・料 定期講座では、午後7時 貸出しを行っています。 た一般の方対象に施設の 研修の実施、相談業務、ま 人が受講しました。また、

の問い合わせには、空き

に利用されており、直前 面接会場など多くの方々 交流や調理実習、会社の

座満載です。 た青少年を育むための講 市民の一員の自覚を持つ 暇有効活用の場となり、

が指定管理者となり8年

市シルバー人材センター

青少年プラザは、宮崎

スポーツ大会、ミニバレー らの利用者が増え、職場 出しています。県内外か 体育館を一般の方々へ貸 講座等で使用しない施設 施設貸出し業務では

6:30

6:40

7:00

8:00

8:30 ~

12:00

17:15

17:20

17:30

18:30

20:00 22:00

13:00 ~

起床

出社

業務

退社

帰宅

夕食

入浴

就寝

仕事開始 業務

愛妻弁当



公益社団法人 宮崎市シルバー 人材センタ-

佐土原支部長 稲なむら

35

鹿児島市中山出身 義は

稲村義人 (35歳) です。 みなさんこんにちは!佐土原支部の

平成31年4月1日付で佐土原支部長に

月) の3人で楽しく切磋琢 磨しながら暮らしています。 25歳) と吏來人(0歳5カ 採用されました。 現在、佐土原で妻 (愛里



大事にしたいこと ご指導宜しくお願い致します。

100首を英訳し、自費出

そのような空気を吸ってき 山の…」と動くほどでした。

このほど若山牧水の短歌

寺らばる

正喜さん(64)

様に色々と勉強させていただきます

会員さんのそれぞれのニーズに合っ



います。見かけたら、遠慮なく声を掛け 容、場所、移動手段など)なんでも大丈 いと思います。些細な事(就業時間や内 大会にも積極的に参加したいと考えて 主催の研修旅行や新年会、ボウリング ミュニケーションをとるために、互助会 夫ですのでいつでも相談してください。 た働き方を提供できるように心掛けた また、1人でも多くの会員さんとコ

●シルバーの仕事を通して

このお仕事は沢山の方々と出会える

のが魅力です。

の卒業生であり知識も経験も富んでい

その1つに会員の方々は様々な職種



みなさんで宮崎市シル

感じます。私自身がさらに向上出来る

考え方、捉え方、発言などさすがだと



好きな言葉

息子のお風呂、ミルクの時間

息子のオムツ替え、ミルクの時間

(たまにウメコウジの逆ギレ弁当)

朝シャンプー、歯磨き 朝食、出勤準備

麻生太郎副総理の言葉です。



ると、唇がかすかに「尾鈴の



How many mountains And rivers shall I walk o'er Till I reach that land Where forlornness will be gone? Today I'll also journey

~「THE BOKUSUI」より

幾山河 超えさり行かば 寂しさの 終てなむ国ぞ

(解説)

-体幾つの山や川を越えていけば 寂しさが果てる国にたどり着けるのか それを求めて今日も旅を続けるのだ

どのような仕事をされてい むと必ず牧水の歌を朗唱し Q そもそもなぜ牧水なので の工程にわたす作業です。 店からの注文の品を集め次 ますか? Q 高校教師を退職後、今は 版された寺原さんをお訪ね ました。最期の看取りでも A 父 (東郷町) は焼酎を飲 A ピッキングです。小売り しました。 ふるさとの…」と呼びかけ

> Q 今後は? りやすく伝えたいと思いま 牧水の胸の内を探り、分か A 五七五…の形を生かし、 Q 本にまとめる際にとくに 形にしてみました。 た私の中で膨らみつつあっ 心掛けたことは何ですか? たもの、それを放送大学で

はソフトテニスも楽しんで たい。またウィークエンド で、日本語解説も英語にし A 短歌の英訳に集中したの いますよ

楽しくそして前向きに

取りと清掃、午後はそれに加え男性は動物の 3人の方々です。 なるように働いているのは、屋外清掃部会の 生の元気な声が聞こえてきます。その姿と重 排泄物の処理、女子はトイレ掃除が加わるそ 朝8時15分から夕方の5時まで、午前は草 秋の終わり、木立の間から保育園児や小学

ら意欲的に作業に取り組んでおられます。 3人の皆さん、ラマや象に見つめられなが ペースです。

うです。男性は月6日、女性は月10日ほどの

(村田)



けています。

* 焼酎2合の晩酌が楽しい

安心しています。安全面にも気をつ

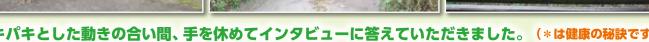
たが、細かいところも教えてもらい

気が湧いてきます。最初は心配でしくどもからあいさつされると、元

く思います。

動物園の仕事は、主にほうきによる園内の

もこの欄も動物園特集号のようで、大変嬉し



とを知り勉強になりました。来園者 ジャクの羽が年に一度生え変わるこ

動物の赤ちゃんがかわいい。ク

日髙 郁子さん

(75歳) 園歴 10年以上

てずいぶんしやすくなりました。

また、休憩室はエアコンがよく効いてス

が減らされたりしたので仕事は以前と比べ

ます。それでも担当の方のご配慮により、ゴ 屋外の仕事が多いので、当然きつい時もあり 清掃、トイレの清掃、ゴミの収集分別です。

この分別の方法が改善されたり、ゴミ箱の数

けています。

病気を克服できた。

毎朝30分のストレッチ。

耳

トイレ等もきれいに保つことに心が に気持ちよく歩いていただくため

り、食のバランスに気をつけていま ました。 す。けっこう歩くので健康診断の値 す。働くことで食事が進みます。 * 野菜とタンパク質(魚)を多くと (コレステロール、血圧) がよくなり なかよく楽しく仕事をしていま

く現場訪問

自然動物園



別府 小夜子さん (66歳) 園歴3年

中トンネル」があります。ふだん土の中にい

報 0 動

あります。

ができます。着替えにも使えるスペースも ペースも広いので、ゆっくり体を休めること

も多くそんな日は園中賑やかでなんだか私

ここは遠足で来園する子どもさんがとて

の中に飼育員の渡部さん手作りの「モグラ空 私のお勧めは、こども動物村展示館です。こ 達までウキウキしてきます。 も興味深く見どころいっぱいです。中でも すが、スタッフの方の創意工夫でどの展示 園内は多くの動物が飼育展示されていま

いきたいと考えています。 に喜んでいただけるよう会員全員努力して 今後も来園されるお客様やスタッフの方 みて下さい。お得な年間パスポートもあり い展示だということです。ぜひ足を運んで 見ることができます。全国的に見ても珍し て、まず見ることができないモグラを間近に

日高 秀利さん (70歳) 園歴6か月

本号、ひむか8号は表紙も「働く現場訪問

宮崎市シルバー人材センター 7 🚮

目を迎える施設で、埋蔵文化財センター

生目古墳群と生目の杜遊古館 (宮崎市跡江)

られる埋葬形式で、竪坑から横方向に遺 す。一方、地下式横穴墓は、宮崎県の南部 広大な古墳群で、昭和18年に史跡として 墳を傷つけないようにしながら、古代の工 とつです。 5号墳は約1600年前の古 下式横穴墓が混在しているのも特徴のひ 目古墳群は、前方後円墳とともにこの地 体を安置する玄室が掘られています。生 鹿児島県の東部と熊本県人吉市にのみ見 係を示すものとして日本全国に存在しま 後円墳は、近畿のヤマト政権との同盟関 最大の前期古墳といわれています。前方 な3号墳は、長さが137mもあり、九州 して文化庁より認定されました。一番大き 国の指定を受け、平成30年に日本遺産と 100mを超す前方後円墳が3基もある 法で葺石を敷き詰め、復元されました。 宮崎市生目の杜遊古館は、今年で11年 生目古墳群は、宮崎市跡江に位置し、

される予定です。 2年度から新たに歴史資料館機能も追加 と体験学習館で成り立っています。令和

確実です。宮爻バス「記念病院・生目の杜 加しています。所定の手続きをとれば、個 等にも利用され、多くの子どもたちが参 学年・学級・子ども会のレクリエーション ログラムが、人気を得ています。施設は はにわ作り、土笛作りなどの個人体験プ 活動をすることができます。勾玉作りや ます。体験学習館では、古代体験や創作 資料の調査研究や整理室の公開をしてい 及び市内の遺跡からの出土物を展示し 山系が見渡せ、古代のロマンに浸れること んと一緒に経験されてはいかがでしょう? 古代体験のみならず遠足等の学校行事や 人や家族でも利用可能ですので、お孫さ 埋蔵文化財センターでは、生目古墳群 生目の高台から南側を眺めると、鰐塚

行きで 「遊古館」下車 (中川)





復元した5号墳



入口に立つ案内看板



群像仏を見守る大師像



仏堂園の群像仏ぶっとうぞん

内は手入れが行き届いていて、ごみ1つ す群像仏はありました。30坪ほどの敷地 鰐塚山麓に広がる畑地の中に、めざ

りできるようにしてあるのでしょう。 結局わかりませんでした か記載がなく、町史など調べましたが そうですが、掲示板にはどの年代なの いるのです。遠い四国までは行けない 所を模して、8の仏様が集められて ます。弘法大師ゆかりの四国八十八カ 心の篤い桜木嘉一氏が石工に作らせた 昔、この仏堂園地区の有力者で、信仰 人々が、この一ヶ所だけですべてお参 に、沢山の石仏が整然と並べられてい 石垣を組んで1段高くしたところ

> わうことでしょう。 節には地元の人たちがここに集まり、賑 りには桜が植えてありますので、花の季 で、高さは70センチほどです。この日は 人影も見えず静かでしたが、敷地のまわ 大師像が祀られていました。石造の座像 群像仏に正対して立つ小さな祠には

車で10分ほど JR 田野駅から田野インター方向へ

静かに人々を見守る石仏たち

(宮崎市田野町)

多様ですが、顔はどことなく似通ってい 座していました。 す。風化が進んでいて、半分に割れた石 阿弥陀如来、地蔵菩薩、観音など種類は 60センチほどです。舟形の光背を持った 仏もありましたが、丁寧に補修されて鎮 て、一群にて制作されたものとわかりま 石仏は素朴な作りで、いずれも高さが

ありました。

ありません。花活けにはサカキが供えて

も自由に呟

ば、「昭和がまんの歌」、「宮崎昭和慕 DVDに保存しております。例え が消えてもいいですか?」などなど。 情」、「健康万歳がんばろう」、「子供 歌詞を作り、それを歌にして 誰か買ってくれる人いないかな~。

岩切

も「気」の付く言葉を考えて言ってみ 勇気、三に根気、四に本気、その他に てください。 まずは大きな声で、一に元気、二に

ク巻」に氷を詰め替えながら冷やし

就業中、外は酷暑。そこで、「ネッ

「首が動かない

ても大事なことです。 く所があること (キョウイク)」がと あること(キョウヨウ)」と「今日、行 次に70才を過ぎたら、「今日、用が 声を出すことで元気になりますよ。

ず、頭はズキズキの4日目でした。

た翌朝、起きようとするが首が動か 続けて数時間。これを3日間続け

ケ・コ」で過ごすこと。 そして、毎日の生活を「カ・キ・ク・

ますとの連絡あり。

が動かない」 から明日の仕事を休み

先日、仕事仲間のTさんから「首

よる冷やし過ぎでした。

久永

俊博

原因は、こちらも「ネック巻」に

する生活。

健康を保つ。

●恋をする (男であること、女であることを忘れ の感動する。●興味を持つ。●工夫

面白く過ごしたいですね。 これからの人生を、元気に楽しく

チャチャン

メジロがやって来ました。

気持ちにさせてくれます。 メジロさん大歓迎!! 本当にメジロは可愛い鳥ですね。 一日何度もこの光景が、 穏やかな

K S

うにまたみかんを突いています。 なくなったら、何事も無かったかのよ の中に逃げ込み、様子をうかがって居 す。時々ヒヨドリに追い払われ、生垣 枝から枝へ飛び移り、輪切りにして刺 したみかんを慎ましくついばんでいま うぐいす色の小さな体で、梅の木を 春の足音と共に、我が家の庭にも

私のかとりごと・

- ○お金は自分のために使おう。
- ○時間だって、自分のために自分の好きなことのために使おう。
- ○いくつになっても私は女でありたい。たとえ、顔にしわが増えても、白髪が出てきても、髪を染め、化粧しておしゃれする。1才でも若く見られる努力をする。
- ○たとえ旦那がいても、ボーイフレンドを作ろう。

自分と好きな食べ物、好きな趣味が合うボーイフレンドをたくさん作ろう。

不倫だ浮気だと言う前に、もう残り少ない人生を楽しんで何が悪いか?

- ○好奇心を忘れずに、色んなことに挑戦しよう。 たとえ、ものにならなくても行動を起こすこと、夢中になるひたむきな心を大事にしよう!!
- ○小さなことにぐだぐだ悩まず、大らかに毎日を過ごそう。
- ○ストレスの多い日々、自分なりの気分転換の方法を見つけましょう。

そして思うことは…

この世で幸せになれるかどうかは、ただ「心」一つで決まります。

(詩集より)

涙を言葉に変えたら

喜びの涙

悲しみの涙

でも

言葉に変えられない涙も

あるって知っていますか

音楽でも映画でも

くり返し聞き

くり返し見ることが

できる

だけど

人生にくり返しはない

虹色に染まる

夕日に染まる

秋の紅葉に染まる

私は何色に染まる

(感想)

そうですね。甘い涙、しょっぱい涙、苦い涙、悔しい涙、 嬉しい涙、色々な涙があるんですね。

フルーツ・アオイ

「だから失敗はしたくない」 と思いつつ、バッ1となりま した。故に一人を楽しんで 生きています。

花まる乙女 🌞

私は欲張りだから、12色に 染まります。一日一日変わ る色。楽しいだろうな~

夢見る淑女







事務局だより

紹介してください

~新入会員募集中~

お友達やお知り合いの方を 紹介してください!

ご協力を よろしくお願い いたします♪

一定条件(注1)を満たせば、 紹介していただいた会員に

記念品(1,000円商品券)を進呈 します。

(注1)紹介した方が入会され、3 か月以上在籍かつ就業された場合



新たな就業先(発注者)を紹介して ください!

紹介していただいた会員には ポイント (注 2) を付与し、 年間ポイント数により

総会で表彰・記念品を進呈します。 (注2) [新規契約紹介届] の提出が 必要です。詳しくは事務局まで。



令和2年度の会費納入について

会費納入振込用紙を同封していますので、下記の いずれかの手続きをとってください。

継続更新

5月末までに振込または事務所までご持参ください。年会費は3.000円です。(互助会年会費を含む)

特別会員への変更

就業はしないが、互助会行事等に参加する場合は、 5月末までに変更申出を事務局へしてください。 年会費は2.000円です。(互助会年会費を含む)

会費免除申請

病気、就職、介護等の理由で就業することはできないが会員継続の意思がある場合は、<u>3月末まで</u>に免除申請の手続きをしてください。

退会

退会希望の方は、<u>3月末まで</u>に退会手続きをする 必要があります。退会届の提出と会員証の返納を してください。

(※注) 4月1日付で、会員の皆様にはシルバー保険を掛けていることから、年度途中での退会は、会費を納入したのち退会手続きとなりますのでご注意ください。

会員物故者 謹んで哀悼の意を表します

平成 31年 4月 神田 直樹 様 広瀬地区 令和元年 8月 藤原日出夫 様 赤江南地区 令和元年 10月 島村タマ子 様 住吉地区 令和元年 12月 入佐 國善 様 赤江地区

緊急時の連絡先

本 部 080-4279-1430 佐土原 090-3193-6006 高 岡 090-1516-8197 清 武 080-2714-3775 田 野 090-5294-2817

義援金を寄付しました

宮崎市シルバー人材センターは令和元年台風第19号災害義援金として日赤に17,392円を寄付しました。

令和2年度の年間行事予定

6月12日 | 定時総会(市民プラザ)

8月 市各課訪問

10月 シルバーの日奉仕作業 互助会研修旅行

1月 互助会新年会 地区責任者·班長会

地区懇談会 地



本部•支部別会員数(1月末現在)

		男(人)	女(人)	合計 (人)
本	部	679	348	1,027
佐 :	上原	116	65	181
清武	田野	139	62	201
	清武	(90)	(44)	(134)
	田野	(49)	(18)	(67)
高	围	24	26	50
合	計	958	501	1,459

シルバー人材センターへお気軽にご相談ください

いっしょにお仕事しませんか!! お仕事引き受けます!!

シルバー人材センターで仲間や 生きがいを見つけてみませんか? 豊かな知識と経験で、約1,500人の会員がみなさまのお手伝いをさせていただきます!

会員になるには…

- 宮崎市内在住の60歳以上の方
- 健康で働く意欲のある方
- 入会説明を受け、センターの主旨に賛同し、 入会手続きをされた方(年会費を納められた方)



入会説明会のご案内



宮崎市祇園2-135 毎週火曜日 13:30~ 定員10名



佐土原、高岡 清武(田野) 各支部 各支部は、随時受け付けます (田野出張所のみ月・水・金)

※日程は祝日等で変更になる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

[お問合せ先] TEL.25-1430





家事援助

草刈·除草

● 農作業

墓そうじ 剪定

屋外清掃・マンション等の

周辺清掃

駐車場·駐輪場整理



その他にも…

ご家庭でのちょっとした困り事に

一般企業・施設などでの業務し

献できることがたくさんあります。

シルバー派遣事業

調理補助 ● 送迎清掃 ● 軽作業 など



様々なお仕事承ります!!まずはお電話ください!

『ひむか』は年に2回発行しています。より身近で楽しい情報誌になります。さい。会員皆さんの参加で「ひむか」がき非、みなさんの声を聞かせてくだいがあります。

いがあります。
そのためにも、まずは「ひむか」を読んでいただいて、たくさんのご意見・そのためにも、まずは「ひむか」を読

「健康管理」が大事です。一方で高齢者「健康管理」が大事です。一方で高齢者による事故も多くなってきています。また、一人でも多くの人に読んでもらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」がそれらい、楽しく仕事をして「ひむか」が表

「健康管理」が大事です。一方で高齢者「健康管理」が大事です。一方で高齢者でも元気に仕事をするためには、人手不足の声があちらこちらで聞こえ人手不足の声があちらこちらで聞こえ人がの確保は難しくなってきています。

持ちも違います。まだまだ世の中に貢いむか」を作成する中で、色々と考えることやシルバー人材センターの役割ることやシルバー人材センターの役割を学びました。
広報の仕事も残り少なくなりました。
広報の仕事も残り少なくなりました。



編集·発行/公益社団法人 宮崎市シルバー人材センター

〒880-0024 宮崎市祇園2-135

倉爪

TEL 0985 (25) 1430 FAX 0985 (32) 1497 ホームページ http://miyazaki.miyazaki-scr.jp/または「宮崎市シルバー人材センター」で検索

□佐 土 原 支 部 〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島20660番地 TEL 0985(73)5272 □高 岡 支 部 〒880-2221 宮崎市高岡町内山2880番地 TEL 0985(82)3746

□局 呵 文 部 〒880-2221 宮崎市高河町内田2880年5 □清武・田野支部 〒889-1613 宮崎市清武町西新町7-2 □田 野 出 張 所 〒889-1701 宮崎市田野町甲2848番地1

※月・水・金のみ 10:00~16:00

TEL 0985 (73) 5272 TEL 0985 (82) 3746 TEL 0985 (84) 2333 TEL 0985 (86) 3700