

会報

いぶし 焦

第110号

発行 令和 7 年 7 月

公益社団法人
東大阪市シルバー人材センター
広報委員会

〒577-0809

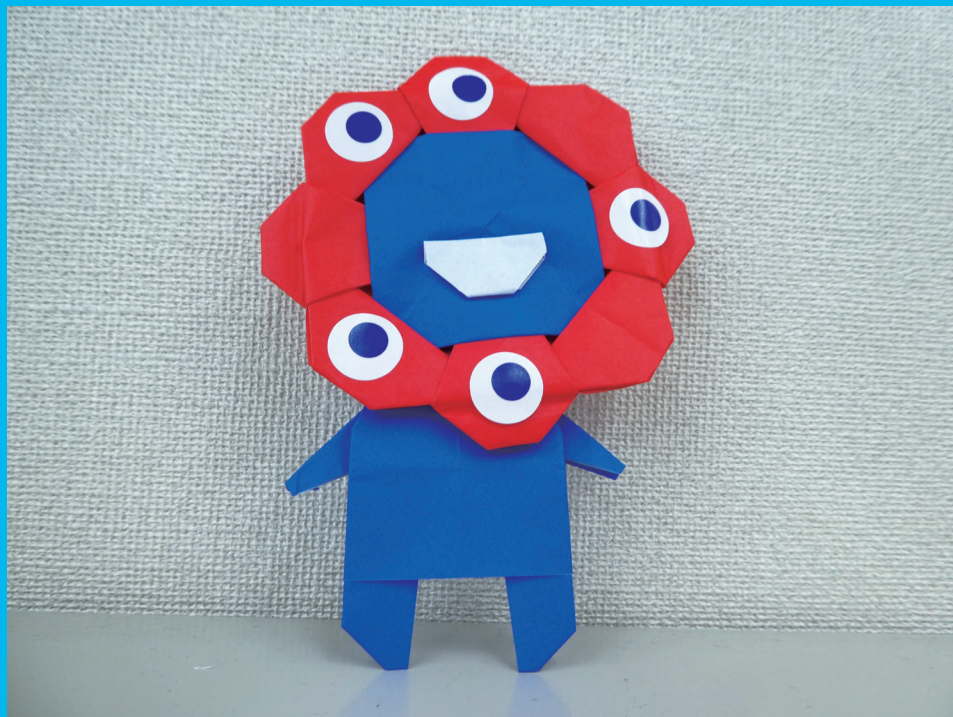
東大阪市永和1丁目15番2号

06(6224)2408

FAX 06(6224)2409

E-mail higasisc@ninus.ocn.ne.jp

ホームページ <http://higashiosakasc.ec-net.jp/>



手芸同好会・永水 悦美・折り紙「ミャクミャク」

目次

令和7年度定時総会	2
令和6年度事業報告・決算報告	
新任役員のご挨拶	
事務局通信	5
熱中症関連	6
会員のひろば（投稿作品）	8
川柳・書・創作書道	
投稿作品募集案内	
同好会の案内	10
手芸・手描き友禅	
囲碁・カラオケ・ゴルフ	
事務局だより	12

▼令和7年度 定時総会開催される

事業報告・決算報告等 全議案を承認

令和6年度の事業報告や決算報告等すべての案件を審議する公益社団法人東大阪市シルバー人材センターの令和7年度定時総会が6月12日（木）午後1時30分よりユトリート東大阪で開催されました。まず初めに、谷村理事長の挨拶がおこなわれました。



谷村理事長

東大阪市より、野田義和市長と安田秀夫市議会議員長にお越しいただく予定でしたが、公務の為、叶いませんでした。ただ、両氏よりメッセージを頂戴し、市長からのメッセージについては、代理で出席いただきました都市魅力産業スポーツ部労働雇用政策室の小桜室長に代読していただきました。



小桜室長

議長のメッセージについては司会が代読し、続いて、大阪労働局職業安定部長や大阪府シルバー人材センター協議会会長等、多くの方々からの祝辞が紹介されました。

その後、議長の選出があり、会員の乙村祐司氏が選出されました。



乙村議長

総会の会場には会員43名が出席、委任状・議決権行使書による出席1、142名と合わせ、計1,185名の出席となりました。当日の会員総数1,556名の半数以上の出席で定足数を満たし、総会が成立したことを確認し、議事に入りました。

議案第一号…令和6年度事業報告、議案第二号…令和6年度決算報告及び監査報告、議案第三号…令和7年度8年度役員選任の各件が提案・説明されいずれも原案通り承認・可決されました。

ひきつづき報告案件、令和7年度の事業計画・収支予算・資金調達及び設備投資の見込の報告があり、議事は終了しました。



総会の様子

続いて、東大阪市立消費生活センターの出張講座として『悪質商法に気をつけよう！』と題して、NPO法人C・キッズネットワークの大森節子さんに、気を付けるべき悪質商法や詐欺について紹介していただき、引っかかりのない為の対策等について講義をしていただきました。



三択クイズの様子

後半は様々な悪質商法や詐欺について三択のクイズを行い、会員も参加して楽しくわかりやすく講義をしていただきました。

講師の大森さん、為になる講義をありがとうございました。



大森講師

今年度参加できなかった会員各位も、来年度はぜひご参加ください。



壇上に集まった新任役員



挨拶する平本新理事長

講演の後、別室で理事会を行っていた新任役員が壇上に集まり、新たに理事長に任命された平本理事長より挨拶が行われ、総会は無事に終了しました。

新任理事長挨拶



平本 善憲

このたび、令和7年度・8年度の理事長の任を拝命し、身の引き締まる思いです。

少子高齢化・人口減少が進み、労働力不足の課題に直面している中、健康で働く意欲のある高齢者が就業を通じて地域社会に貢献することが重要になっていきます。

当センターにおきましても、会員の高齢化が顕著になっています。また、インボイス制度等の法改正に伴って、事業活動への影響が懸念されています。

これらの状況を踏まえて、会員の増加、就業機会の拡大に取組み、地域社会に貢献できるよう私をはじめ役職員が一丸となつて、微力ではございますが精一杯努めてまいりますので前任者同様、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



新任役員のご挨拶

新副理事長 高畑 和正



新理事に就任と同時に副理事長を拝命頂き、その責任の重さを痛感しています。わが国は少子・高齢化の急速な進行に伴う解決すべき諸課題が山積しており、センターも大きな影響を受けていますが、基本理念に沿って、会員の親睦を深めつつ、新規会員の拡大と事業発展のため、微力ではありますが、努力して行く所存でありますので、よろしく願います。

新理事 桂 禎邦



いつもお世話になり、ありがとうございます。会社を退職して、シルバー人材センターにお世話になり、お仕事をご紹介いただきました。自分には何ができるのか、世の中のお役立ちできるのか、不安な気持ちもありましたが、身も心も前向きに導いていただきました。この度は、新理事として恩返しできるよう勤めさせていただきます。よろしくお願い申し上げます。



新理事 濱田 正義



食品会社で四十有余年、主に営業畑を歩んでおりました。様々な地域の卸店やスーパー、百貨店を担当しましたが、商談が進まず、いやになったことも。でも今は、懐かしく思い出されます。様々なことがありましたが、結局は、人と人とのつながりが一番だと痛感いたしました。入会四年目にもかかわらず、このたびは、理事に選任いただき、身の引き締まる思いです。今後とも人と人との繋がりを大切に努めて参ります。何卒、よろしく願います。

新理事 長砂 保雄



このたび、新理事に選任され就任させていただきました。シルバー人材センターの事業の発展に貢献できますよう微力ではございますが、会員の皆さまと協力しながら努めて参りますのでよろしく願います。

新理事 河原 鉄治



当センターの事務所で主に剪定や除草会員の連絡員を5年間勤め、古希を迎えた今年3月に退職した私ですが、

次は理事に選任され何をすればよいのか手探り状態ですが、いろいろな会員様と接してきた経験を活かし、皆様の趣味や仕事を通じて生きがいや活力のある生活を送っていただければと努力したいと思っております。どうぞよろしく願います。

新理事 矢野 茂博



勤めていた会社を定年退職後、少しでも社会とのかかわりを持つために、当センターに入会させていただきました。入会してまだ1年で、就いた職場も1カ所と経験は浅いですが、理事に選任いただき、身の引き締まる思いでございます。シルバー人材センターの事業発展のため、全力を尽くしてまいりますので、よろしく願います。

新監事 熊見 泰和



この度、監事を拝命いたしました。その役割は、シルバー人材センターの業務及び会計の監査であると承知しています。本年4月から公益法人制度が変わったことを踏まえ、会の健全な運営に寄与できれば幸いです。多彩な経験を持たれる会員の皆さまのご意見をお伺いすることから始めたいと思います。どうぞよろしく願います。

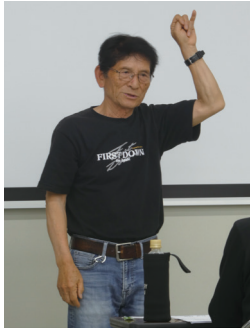
事務局通信



今回は、5月14日(水)・15日(木)の2日間で開催されました植木剪定講習会について報告させていただきます。

参加者は、剪定班への新規入班希望者1名、現在剪定班にて研修中の会員6名、計7名でした。

初日は座学形式で講義を行いました。講師には昨年に続いて1級造園施工管理技士等の資格をお持ちの竹内健氏をお招きし、剪定作業の流れや心がまえ、熱中症や害虫等の注意点などについて丁寧に講義をしていただきました。



竹内講師



座学の講習風景

2日目は、当センター内の植栽を使って実技研修を行いました。

初めに、竹内講師より剪定道具やヘルメット、三脚の安全な使い方について実物を用いて改めて説明していただき、実技研修に移りました。



三脚の説明

実技研修には剪定班各地区のリーダー・サブリーダーにも集まっていたいただき、総勢約20名で実習も兼ねた剪定を行いました。

初めてハサミを持った方にとっては、今まで簡単に見えていた作業がいかに難しく奥深いものか実感していただけたと思います。これから剪定を行っていただくにあたり、とても有意義な時間を持つことができました。

受講者各位には、これを機にさらに技術を磨いていただきたいと思います。

植木剪定班では入班希望者を募っています。植木剪定の就業をご希望の方は、是非一度事務局までお問い合わせください。

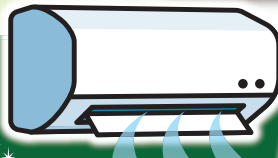
最後に、竹内講師はじめ、お手伝いに来ていただいた剪定班リーダー・サブリーダーの皆さん、本当にありがとうございました。



実技研修の様子と集合写真

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



部屋の中でも注意が必要です

エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。 **節電** にも配慮して適切にエアコンを使いましょう。

また、エアコン使用中もこまめに **換気** をしましょう。

節電 こまめにフィルターのお手入れをする
2週間に1回を目安にしましょう

節電 適切な
室温設定

節電 すだれやカーテンを
活用し直射日光を遮る

温度・暑さ指数
を確認する



換気 換気をして屋外の
涼しい空気を入れる

換気 窓とドアなど
2カ所を開ける

換気 扇風機や換気扇
を併用する

長時間、風が体に
直接あたらないように
注意しましょう

節電 クールビズを取り入れる

節電 複数台の使用を避け、一部屋に集まるなど工夫する

さらに → 気をつけるべきポイント



のどが渇いていなくても **こまめに水分・塩分を補給** しましょう

1日あたり
1.2L(リットル)を
目安に



コップ約6杯

● 1時間ごとにコップ1杯

● 入浴前後や起床後も
まず水分・塩分補給を



※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう。



！高齢者は特に注意が必要です

1 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

※心臓や腎臓の悪い方や持病をお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談下さい。

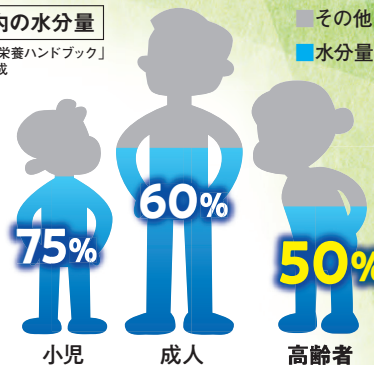
●東京都23区における熱中症死亡者の状況(令和3年夏)

※計39人(速報値)のうち

約8割は65歳以上の高齢者

屋内での死亡者のうち 約9割は
エアコンを使用していなかった

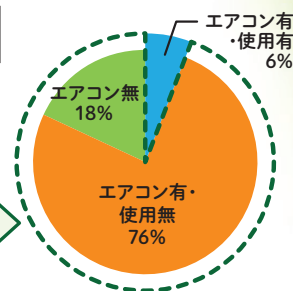
体内の水分量
「輸液・栄養ハンドブック」
より作成



エアコン設置有無・
使用状況別

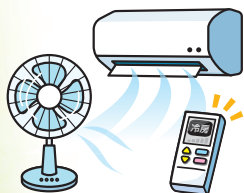
出典：東京都監察医務院

■エアコン有 + 使用有
■エアコン有 + 使用無
■エアコン無



☑ 予防法ができているかをチェックしましょう

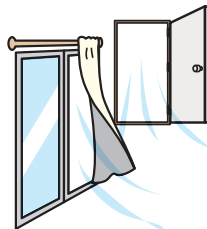
☐ エアコン・
扇風機を上手に
使用している



☐ 部屋の温度を
測っている



☐ 部屋の風通しを
良くしている



☐ こまめに
水分・塩分を補給
している



☐ シャワーや
タオルで体を
冷やす



☐ 暑い時は
無理をしない



☐ 涼しい服装をしている
外出時には日傘、帽子



☐ 涼しい場所・
施設を利用する



☐ 緊急時・困った
時の連絡先を
確認している



熱中症予防情報サイト

環境省 熱中症予防情報サイトからの情報をチェック! ▶▶ <https://www.wbgt.env.go.jp/>

環境省では、暑さ指数(WBGT)の情報提供を行っております。令和3年度より全国展開している熱中症警戒アラートおよび、暑さ指数のメール配信等をご活用ください。

「熱中症警戒アラート」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます▶▶



友達追加はこちら

会員のひろば

川 柳

世界の目トランプさんのくちに射る

賽銭も キャッシュレス 箱は何処

トリプルで ドーム湧かします ドジャースが

大谷が 敵味方なく 湧かします

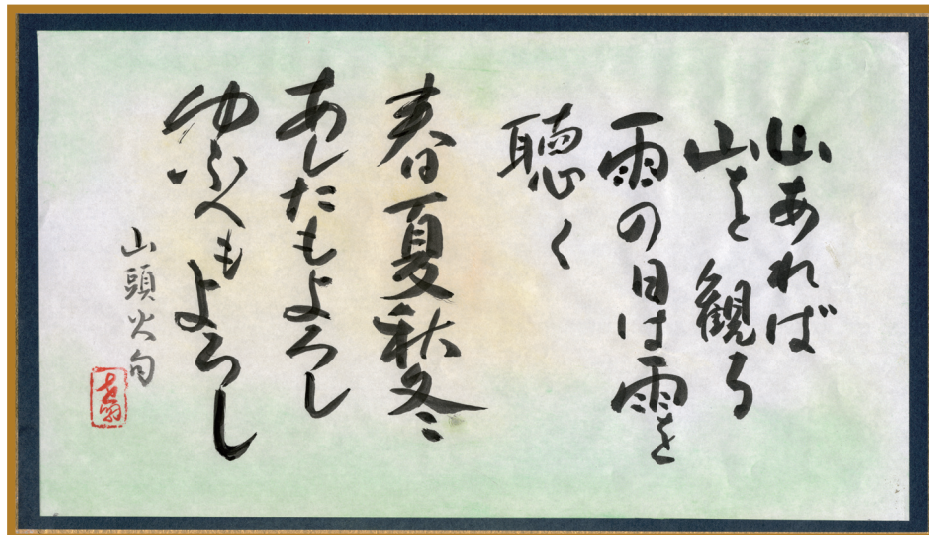
ダイエット 我が財布なか フルシーズン

我が家にも 更年期きた ガタガタ家

卒業日 マイカーと別れ 返納す

吉田234 足立 幸男

書

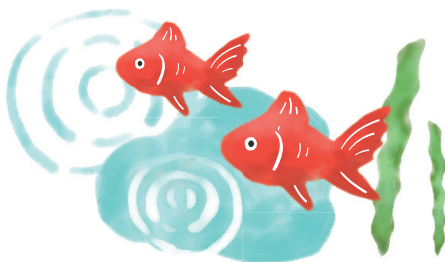


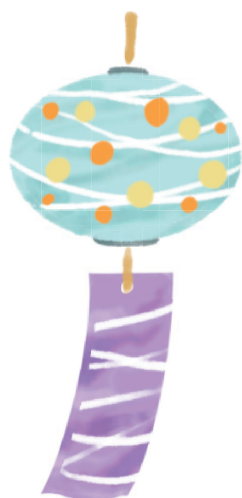
『山あれば山を観る
雨の日は雨を聴く
春夏秋冬
あしたもよろし
ゆふべもよろし』

種田山頭火の句

この句は目の当たりに広がる大自然四季折々
どの季節でもいつも見応えのある景色をつくり
出してくれる。人の人生も同じようなもの…の意

新池A 今岡節子



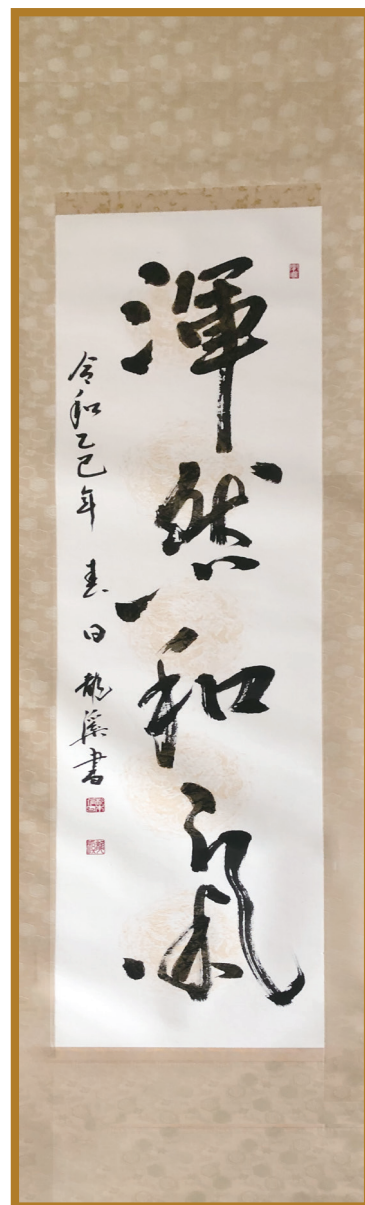


上小阪 杉本 伸一

【常に円満な雰囲気で満たされているという意味です。これは、誰しも願うことですが実際にはとても難しいことです。人はとかく他人の言動が気になってしましますが、余計な口出しをせず、自身の人生に集中する生き方をすることで、人との良い距離感を保つことが出来ると思います。これが、和をもたらす大切な条件ではないでしょうか。】

『渾然和氣（こんぜんたるわき）』

出典【菜根譚】



創作書道

『樹』

八戸ノ里 長原 成道



投稿作品 募集案内

10月に発行します会報『燻』10月号（次号）への投稿を募集します。

投稿文

字 数：400～2,000字程度（関連写真等があればあわせてご提出ください）
 内 容：特に決まりはありません（随筆、感想文、紀行文などいずれも可）
 応募締切：8月8日（以降の応募は、次々号以降での掲載対象となります）
 応募資格：東大阪市シルバー人材センターの正会員であること
 申込方法：手書きで作成された場合は、20字詰め原稿用紙等にご記入の上、封書にて当センター事務局までご送付ください。その際、封書には「会報誌応募原稿」とご記入ください。
 Word等で作成された場合は、上記と同様に封書による申し込みか、あるいはメールに添付していただく形でも結構です。メールの場合は、件名に「会報誌応募原稿」と入力いただき、higasisc@ninus.ocn.ne.jpまでご送信ください。
 いずれの場合も、会員番号と氏名がわかるようにご記入のうえ、お申し込みください。

短歌・俳句・川柳・書画・写真ほか

応募締切：8月8日（以降の応募は、次々号以降での掲載対象となります）
 応募資格：東大阪市シルバー人材センターの正会員であること
 申込方法：短歌等の場合は、ハガキにて当センター事務局の「会報誌原稿受付係」までご送付ください。なお、作品内の漢字にはフリガナをお願いします。
 書画や写真等の場合は、センター事務局まで事前にお電話いただき、題名を決めた上で持ち込んでください。
 いずれの場合も、会員番号と氏名がわかるようにご記入のうえ、お申し込みください。

注意事項：●作品は返送しませんので、書画等は掲載後に追って引き取りをお願いします。
 ●選考により掲載されない場合があります。
 ●文章等の掲載に関しては、文意の変わらない範囲で編集することがあります。

日 時：毎月第2水曜日
 午前10時～午後3時
 場 所：シルバー人材センター内

手描き友禅



日 時：毎月第2水曜日
 午前10時～午後3時
 場 所：シルバー人材センター内
 会 費：無料
 申込み：永水（080-1448-1328）

手芸（パッチワーク・折り紙など）

同好会のご案内

会 費…無料

申込み…今井(06-6721-3110)



囲碁

私たち囲碁同好会は初心者から上級者まで互いに負けじと対局し、年二回の大会では日々重ねてきた実力の成果を披露して、頭脳を働かせ認知症対策と健康維持を図る会です。会費は、大会・親睦会の費用に使用し、親睦を深めています。

日 時…毎月第1・3水曜日

午後1～5時

場 所…シルバー人材センター内

会 費…500円(月額)

申込み…出口(090-6824-0980)

参加者は、事前に連絡してください
初心者も歓迎します



カラオケ

日 時…8月23日(土)

9月27日(土)

午後1時30分～4時30分

場 所…カラオケ&チョイ呑み

「ゆみちゃん」

(岩田町1-11-2)

会 費…1000円(ワンドリンク付)

過去に参加したことある方も初めての方も奮ってご参加ください。

申込み…笠岡(080-6224-4466)



ゴルフ

6月11日(水)、きさいちカントリークラブにてコンペを開催しました。

「世話人からの報告」

当日は朝からの雨。中止も致し方ない状況でしたが、現地で判断しようと思われ、皆さんに前もって連絡しておきました。ゴルフ場には早めに着いたのですが、既に5名ほどが到着しており、やる気満々で待ち受けられていました。比較的その時の雨は小降りでしたので、決行する事にしました。結果、プレイが終わるまで雨に打たれましたが、比較的皆さん元気で楽しまれたようで良かったです。

次回は9月17日(水)に新奈良ゴルフ倶楽部での開催を予定しています。たくさんの方のエントリーをお待ちしています。



世話人：川東久幸(090-1145-2465)



●新入職員を紹介します

本年4月より木戸喜代美さんが当センター事務局にて新たに勤務していただいています。

主に東地区(恩智川より東)の屋内清掃を担当していただいています。
今後ともよろしく
お願い致します。



●配分金支払い日

就業した月	振込予定日
令和7年6月	7月18日
7月	8月20日
8月	9月19日
9月	10月20日

●未就業会員の就業相談

会員になったが就業のチャンスがない
未就業の方のために、就業相談日を設けています。

日程 毎月第3火曜日
(8月及び12月を除く)

相談時間 午後1時30分～4時の間

ところ センター事務所

定員 各日5名

予約申込み 相談日前日の午後5時までに、当センターにおいて
電話又は来所にて受付

電話 06-6224-2408

編集後記

平成27年度定時総会で理事に選任され、同時に広報委員会に所属し、委員長を勤めてきました。

平成28年4月発行の『燻』第73号に初めて編集後記を掲載しました。この時には、会報のタイトル『燻』の由来について記述していました。

令和7年度の総会で理事を退任すると共に広報委員長を辞することとなり、今回(第110号)が最後の編集後記となりました。広報委員および事務局の皆さんのご協力、不定期発行であった会報『燻』を年4回の定期発行とすることが出来た事が一番の思い出となっています。今後は一会員として、積極的に投稿していきたいと思っています。

〈感謝・合掌〉

日高正之

