



いしのまき

シルバー通信

公益社団法人石巻市シルバー人材センター

〒986-0814 宮城県石巻市南中里三丁目 14-3
電話(0225)94-3683 FAX(0225)94-3207
e-mail:miyagi-ishi@mx5.et.tiki.ne.jp

令和7年

7月号

No.109

2025年7月1日発行

定時総会理事長あいさつ

理事長 亀山 伸一

令和7年度定時総会の開催にあたり、御挨拶を申し上げます。

この一年の石巻市シルバー人材センターの事業を振り返りますと、本年の3月末現在で、会員数は511名で前年度と比較して11名の増でした。

全国に約1,300あるシルバー人材センターの会員は、企業における退職年齢の引上げや再雇用といった、雇用環境の変化等により、全国的に会員数が下げ止まらない状況にあります。

この厳しい状況が続いている中において、当センターは女性会員が増加傾向にあるなど明るい話題もあります。

シルバー人材センターの活性化のためには、会員数の拡大は欠かせないものであり、これからも活動の第一目標として取り組んでまいります。

同時に会員の高齢化が進む中において、より長く無理なく働ける場所の確保や新たな職域の開拓に取り組んでいくことが求められており、それを目指してまいります。

事業の実績については、前年度と比較して契約金額がやや増になる等、全般的には健全な運営状況でありました。

また、会員がいつまでも元気で活躍するためには、安全就業の確保が何より重要です。

「安全は全てに優先する」ことを念頭に、安全対策や安全意識の高揚を図ってまいります。

なお、本年4月、職場や就業場所の健全な環境を保持することを目的とする「ハラスメントの防止に関する規程」を新たに定めました。

更に「フリーランス法」の施行に伴う「新たな契約方法」の移行については、本年度の実施に向けて円滑に移行できるよう準備を進めながら、併せてこれを好機と捉えて、業務のデジタル化推進に向けた会員への周知を図ってまいります。

今日の大きな時代の流れの中で、本年もシルバー人材センターにとって厳しい環境が続くと予想されますが、高齢者の生きがいの充実と地域のニーズを結ぶシルバー事業の社会的な役割は、今後ますます大きなものとなってまいります。

会員の高齢化や就業ニーズの多様化などシルバー人材センターを取り巻く環境の変化に柔軟に

対応し、「自主・自立、共働・共助」の理念に立ち返って、会員、役職員一丸となって、積極的な取り組みを共に進めてまいりましょう。

令和7年度定時総会開催！

令和7年度定時総会が5月29日マルホンまきあーとテラスで開催されました。参加人数が年々増加傾向で、今年は163名の出席となりました。

今回参加された皆さんお疲れ様でした。そして、ありがとうございました。参加されなかった方は是非来年参加してください。

今年の議案では、役員の選任承認がありました。皆さんからご承認をいただき、新たな顔ぶれでのスタートとなりました。

大きなトラブルも無く、無事定時総会が終了しました。



理事長あいさつ



議長選任 窪田浩昌さん



監事から監査結果報告



新役員紹介



会場は満員！

令和7年度総会表彰者

🌸おめでとうございます!!

表彰者🌸一同



会員特別表彰者

八鍬 政雄 様・佐保 富雄 様・内海 勝男 様

優良会員表彰者

阿部千代子 様・津田たかこ 様・佐藤 敏雄 様
野呂てつ子 様・今野 久良 様・伊藤 雄治 様
高橋 春夫 様・伏見 尚敬 様・鈴木 清二 様
佐藤 昇 様・千葉 昌一 様・佐々木敏雄 様
三浦 文子 様・佐藤 勇 様

退任役員表彰者

和田 實 様

《表彰者の声》

“ひとこと”

会員特別表彰者：八鍬 政雄(蛇田班)

受賞は本当にうれしい、ありがとうございます。感謝、感謝です。日本語のありがとう、さようならは、世界一すばらしい言葉です。

声をかけあい若者を育てましょう。若者は、日本の宝です。

先輩から、仕事は、ていねいに、次の仕事もお願いしますと言われるように指導されました。リピーター（おきやく様）です。ロコミは、すばらしい広報です。ブーメランのように、自分にもどってきます。

すこしでも、地の塩になれるよう努力します。ありがとうございました。



“健康で安全作業”

優良会員表彰者：高橋 春夫(河北班)

平成26年に入会して10年、すばらしい仲間がいたから頑張れたと思います。

入会当時、農家の仕事为主でした。4月水路の泥あげ、種まき。5月の田植え作業。5月・7月・9月年3回の水田畦畔^{けいはん}の草刈りでした。

一番の思い出の作業は、伊原津沼の長靴が泥に埋まる中での草刈り。刈った草をシートに積んで、沼堤防の上迄運んだこと。

第二霊園の急な法面での緊張しての草刈り。先輩方の指導があり、安全に作業することができました。

これからも健康で頑張りたいと思います。



“理事の退任にあたって”

退任役員表彰者：和田 實
～後輩の皆さんにバトンを繋いでいくために～

平成11年11月10日入会。右も左も分からず右往左往している内に理事の就任を指名され今日に至りました。思い起こせば、24年の歳月が経ちました。

歴代の理事長も2代目佐藤敬氏（故人）、3代目高橋信清氏、4代目小松代富雄氏（故人）そして現在の5代目亀山伸一氏と4代に務めました。我ながら驚きの人生でした。

その間に成し遂げた事業といえば、現在のシルバー通信の編集が思い出されます。期日は定かではありませんが、東京中野サンプラザで開催された全国シルバー人材センター会議に参加し、全国から集まった方々の通信誌に目を通して驚きました。レイアウト、写真、見出し、カット、そして用紙などの使い方。なんとかして各誌に劣らないものをお願い、家に帰ってパソコンに向かい1頁から4頁を基本に発行済みの本誌を打ち込んで、後は自分の思いレイアウトに作成したのが現在のシルバー通信です。これからも、更に素晴らしい通信誌になるよう編集部の皆さんの頑張りに期待しています。

最後になりますが、シルバーの皆様のご健闘とご健康をお祈りして退任の言葉といたします。

※長きに渡り、ご指導ご鞭撻のほどありがとうございました。

これからもより良い通信誌を皆様に届けられるよう頑張りたいと思います。💖

(広報委員会 編集部より)



《事務局からのお知らせ》



❖ 昨年大好評だった「虫除けおにやんま君」を今年も事務所で販売しております!!



完成見本品
「おにやんま君」
1個 400円です。



購入をお待ちしております(^~^*)

“未使用タオルの寄附をお願いします”

センターでは、SDGs 活動の一環として、未使用タオル等を集めています。

様々な理由で不要となっている未使用タオル等を回収し、必要とする人や施設に無償で提供することを目的としています。

ご家庭で不要なタオル等がございましたら、ぜひ寄付をお願いいたします。

※タオル等は、バスタオル、フェイスタオル、ふきん等、何れも未使用であることが必要です。

❖ 回収期間 7月1日～7月31日

❖ 回収場所 センター事務所

“連合会共済技能講習のお知らせ”

この講習は、センターに入会してこれから働きたい方を対象とする講習会ですが、人数に達しない時は会員も受講できる場合がありますので、受講希望の方は、センターにご相談ください。

但し、現会員の方は次のような条件があります。

①令和6年度、一度も就業していない方

②職種変更を希望する方

(Ⅰ) 障子張替講習

❖ 日時 8月19日(火) 9時～13時

❖ 場所 向陽町コミュニティーセンター

❖ 定員 10名

(Ⅱ) 空家管理講習

(木造住宅簡易鑑定士の資格取得講習)

❖ 日時 8月27日(水) ❖ 時間 未定

❖ 定員 15名

《センター職員紹介》

佐々木 友里 (入社4年目)

①担当 総務課 嘱託職員

②趣味 読書・息子とお菓子作り

③特技 どこでも寝れる

④好きな言葉 ありがとう

⑤ひと言 寒暖差が激しい日々が続いていますが、体調はいかがでしょう?

今年の夏も例年通り暑くなると予想されており、熱中症が心配されます。体調管理に十分気を付け、一緒に頑張っていきましょう!



《サークル活動》

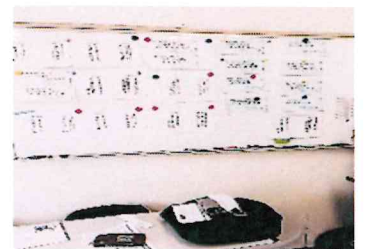
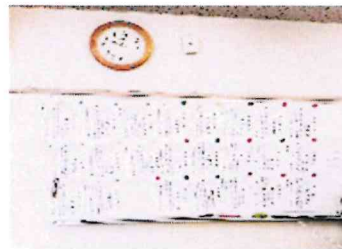
筆耕班クラブ

★筆耕班からのお知らせ

筆耕班では毎練習日に、班員の作品の展示と品評会を実施しています。

見学歓迎、毎月第1・3木曜日午前10時よりセンター1F 会議室にて開催しています。

筆耕作品展示物



健康麻雀クラブ



健康麻雀クラブ部長 高橋 謙一

シルバー通信に掲載していただくのも、かれこれ4～5回になります。回数が増えると文章も^{げっかすいこう}惰性になると思い、今回は月下推 敲※の思いで書き上げております。

さて、最近皆様方の中に「たじれてる」ようだとお孫さんやお嫁さんから言われたり、自分でもそれとなく気付いている人はいませんか? 脳の活性化の為に室内ゲームである麻雀をお勧め致します。勿論、経験ある無し問いません!

一緒にEnjoyしませんか?

※詩や文章を作成する際に、言葉遣いや表現などを何度も吟味し、練り直すことを指す四字熟語。

野菜クラブ



三浦 文子

5月に夏野菜の苗を植え、7月には食する季節が来ます。7月22日は「大暑(たいしょ)」1年の中でもっとも暑さが厳しくなる頃となりますので、今回は体を冷やす作用のある「きゅうり」の料理を紹介したいと思います。

「きゅうりトースト」材料(1人分) きゅうり1本。塩小さじ1/2。食パン(6枚切り)1枚。オリーブオイル適量。マヨネーズ適量。粗びきコショウ少々。「作り方①」きゅうりはスライサーで薄い小口切りにし、ボウルに入れて塩をふり、しばらく置く。しんなりしたら水けを軽く絞る。「作り方②」パンはトースターで両面をこんがり焼く。オリーブオイルを全体にかけ①のきゅうりを平らに広げてのせる。マヨネーズをかけコショウをふる。

簡単に作れる物を選びました。体を冷し、熱中症予防に役立つかもしれませんので作ってみてください。

★又、一緒に野菜作りをしたい方募集中です!



パークゴルフ倶楽部 部長 和田 實 “パークゴルフはゴルフと同じだよ！”

パークゴルフは練習が成功の近道！

新緑から初夏にかけてパークゴルフファンは、益々プレイに専念ですね。

石巻市シルバー人材センターパークゴルフ倶楽部も新入会者の皆さんは、クラブを振ってスイングの軌道を確認しながら、スタートしていきます。力を出し過ぎて飛び過ぎてOBになると“しまったあ！”と天を仰ぎ、失敗を肝に銘じながら少しずつ改善に向かいます。今日より明日こそとボールに向っています。

成功の源は、練習あるのみです！

ホールインするよりホールの近くに寄せた喜びの方がうれしいと感じるようになれば、もう楽しくて仕方がないプレイになります。

ゴルフと同じ、この一球にかかる思いは、同じです。

ぜひ、今日より明日と考えて、プレイに励んでくださることをお勧めします。



花の歳時記

代表的な夏の花：ムクゲ(木槿)



全般の花言葉：主に「デリケートな愛」「繊細な美」「信念」「尊敬」「慈しみ」また、「一途な心」「粘り強さ」「気品」という花言葉もあるようです。

ムクゲはアオイ科フヨウ属の落葉樹で、7月から10月にかけて大きな花を次々と咲かせます。暑さに強く、公園や庭木、生垣などに植えることも多いです。✿花色：淡いピンク、濃いピンク、白系、赤系、紫系、複色など。



チエブクロー

【旧暦の月・和風月名】

■7月・文月[ふみづき]

■8月・葉月[はづき]

■9月・長月[ながつき]

●7月：19日(土) 土用の丑

21日(月) 海の日

●8月：7日(木) 立秋、11日(月) 山の日

●9月：15日(月) 敬老の日、20日(土) 彼岸入り

23日(火) 秋分の日、26日(金) 彼岸明け



雑学・コラム

広報委員 阿部 津久子

“ちょっと耳よりい〜いはなし”

「皆さん！大いに笑いましょう！」

笑いは人が健康的に生きるために必要不可欠なものだとわかってきました。ストレスを抱えている時に笑うことで気持ちが楽になった経験ありませんか？

また、NK細胞（免疫細胞の一種）の働きを刺激して免疫力アップも期待できます。

笑わないと顔の皮膚もたるんで年齢より老けて見えます。特に女性の方は笑ってください！安上がりな若返り方ですよ(^_^)

「うねり髪をケアしましょう！」

梅雨の時期は特に、うねりやクセが出て、髪がまとまらず困っていませんか？ドライヤーのかけ方で改善することができるのです！

①まず、根本から温風をあて完全に乾かす

②仕上げに髪全体に冷風をあてる

キューティクルが閉じ、うねりを抑え髪がまとまりやすくなります。簡単ですので、お試しください！



最近、私が楽しみながら実践していることが、2つあります。1つ目は、卵の殻を捨てずに、家庭菜園の補助的肥料としてリサイクルしていることです。乾燥させた殻を砕いて、土に混ぜ込むだけなのですが、土壌のpH（ピーエイチ）※を調整し、植物の成長に役立つとのこと。捨てられるはずのものが、生まれ変わるって嬉しいことですよね。

2つ目は毎朝テレビ体操を行っていることです。（EテレAM6：25～6：35）偶々一緒にやってみると、身体が整い気持ちもリフレッシュ。運動不足の私にとって、気軽にできる心地よい習慣になっています。

「昔とくらべて…」と嘆くことが多くなった今、この年でも続ければ色々変わると実感しています。仕事であれ、趣味であれ、「楽しい！」「これならできる！」を探しながら暮らしていきたいと思っています。

※土壌 pH は、土壌が酸性かアルカリ性を示す指標です。（▼pH7を中性とし、pH7より小さいと酸性、大きいとアルカリ性となります。）

（広報委員 阿部 津久子）



当センターは、「誰一人取り残さない持続可能な社会の実現のためにSDGsに取り組んでいます。」

★SDGs（エス・ディー・ジーズ）
「持続可能な開発目標」