

シルバー人材センター



シンボルマーク

会  
員  
ニ  
ュ  
ー  
ス

# ゆんたく

発行所

公益社団法人 沖縄市シルバー人材センター

〒904-2155 沖縄市美原 3丁目 1番1号

電話番号 ( 098 ) 929-1361

<http://www.okinawasisi.com>

8月末現在の会員数730人  
( 男性425人・女性305人 )

10月はシルバー人材センター事業普及啓発促進月間です。この月間を通して、センターの果たす役割を再確認し、会員・役職員の意識高揚はもとより、地域社会へセンター事業を広く紹介するとともに、交流を深めるための普及活動を実施し、地域に根ざすシルバー事業の拡大を図ります。



会員による白川街区公園美化作業

10月は「シルバー人材センター事業普及啓発促進月間」

### 【センター独自の取組み】

独居高齢者宅清掃ボランティア

道路清掃ボランティア

会員作品展示・販売

シルバーの日 都市公園清掃ボランティア

【福祉家事班】

【中央パークアベニュー】

【ゆんたくまちや】

10月19日(土)

### 【第4回ゆんたくフェア】

10月22日(火) 午前10時～午後4時

【沖縄市民会館】

センター事業普及啓発コーナーの設置(パネル展示等)

会員の作品展示・販売

都市公園管理(指定管理)事業パネル展示及び草花植付け指導、販売

会員同好会活動発表

地域との交流会の実施(保育園児や高齢者等)

### 【県シルバー人材センター連合、関係団体への参加】

10月3日(木) シルバー人材センター会員経験交流大会

【てだこホール】

10月5日(土)～6日(日) 第30回沖縄市福祉まつり

【美里公園】

# センター事業に更なる支援を！ 嘉陽理事長ら沖縄市と市議会に要請

沖縄市シルバー人材センターでは、6月に開催された全国シルバー人材センター事業協会(全シ協)の『平成25年度定期総会』で採択された「支援要請文」に基づき、当センター独自の支援要請を8月15日、島袋芳敬沖縄市副市長と小浜守勝沖縄市議会議長に行った。



小浜守勝沖縄市議会議長に「要請書」を手渡す嘉陽榮憲理事長

島袋芳敬沖縄市副市長に、国・地方自治体が取り組んでいる高齢社会対策に大きく貢献している事等を資料で説明する嘉陽榮憲理事長と識名章副理事長



シルバー人材センターは、定年退職後等の高齢者の多様な就業ニーズに応じ、地域社会の日常生活に密着した就業機会を確保・提供し、

高齢者の生きがいの充実、社会参加の促進により、地域社会の活性化に貢献しています。また、七十五万人の会員が「福祉の受け手から社会の担い手」として元気に働き、医療・介護及び生活保護の財政負担を軽減しています。(中略)

## 一、補助金の確保と公共事業の発注

センターは、行政刷新会議の「事業仕分け」により、人件費の削減や経費支出の見直しなど運営費の合理化、事務手数料の引き上げの実施に努めてきているところ。(中略)

これ以上の国の補助金の削減は、地方自治体の補助金も国に併せ削減されていることから、センターの財政は一層厳しくなり、就業機会の確保・拡大など事業運営が極めて困難なものとなります。

つきましては、センターが、今後とも存続・発展するためにも、補助金の確保や公共事業の発注などの特別なご配慮をいただきたくお願いいたします。

## 支援要請事項

### 二、派遣契約期間の適用除外

派遣契約期間の最長三年間については、臨時的・短期的な就業又は軽易な業務に係る就業とするシルバー人材センター事業など常用雇用を前提としない事業等をも制約を受け、就業拡大の推進に大きな障害となっているため、適用除外にしたいだくよう要望して参りました。平成二十四年三月に、国会において「速やかに検討を行う」とされていることから、早急な改正をお願いいたします。

## 第5回 理事会

### 「普及啓発促進月間 取組み内容」を承認

第5回理事会が8月23日、シルバーワークプラザ会議室で開催された。

議案第1号「正会員の入会」については、3人(女性1人・男性2人)が承認され、その結果8月23日現在の会員数は730人(女性305人・男性425人)となった。

議案第2号「普及啓発促進月間実施要綱」は、「会員一人が一人の間を増やす」「会員増強運動や」「会員一人が一つの仕事を開拓する」「就業開拓運動等を柱としたセンター事業の趣旨や意義を地域社会に広める普及啓発活動を展開する内容」

議案第3号「第4回ゆんたくフェア開催要綱」については、今年度は沖縄市民会館での開催とし地域との交流会の実施等を行うとしている。(それぞれの取組み内容1面に掲載) 議案第1号、2号はともに原案通り承認された。

平成25年7月実績では、会員数727人で30人の減(4%)、就業実人員は454人でほぼ横ばい。一方就業延人員5133人(15%)、配分金約2391万円(17%)、契約金約3099万円(4%)はいずれも3カ月連続、前年を上回っている。

最後に当面の日程が確認された。

# 「ゆんたくまちや」情報

## めんそーれ丸森町から親子19人 地元の人たちと交流



沖縄の踊りとカチャーシーの指導は仲程美津子さんと仲宗根朝子さん。  
時間を忘れて踊りに興じていた

東日本大震災と原発事故で、自由に外で遊ぶことが制限されている宮城県丸森町と、地元沖縄の親子による交流会が「NPOこどもの島」が主催して7月29日、ゆんたくまちやで開催された。丸森町からの親子5組19人、地元沖縄



ニラ入りヒラヤーチーの試食会には仲嶺美代子さんが腕前披露。参加者は「とてもおいしかった。沖縄が大好きになりそう」と話していた



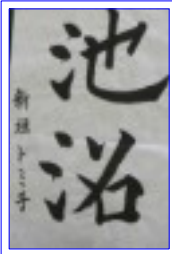
三線で沖縄民謡を奏でる仲井間宗栄さん(左)と上地安辰さん

から4組10人とNPO関係者、当センターの会員等総勢約40人が参加、沖縄民謡やカチャーシー、ゲームで楽しんだ。踊りの指導や沖縄のお菓子作りと試食会、民謡と三線の演奏には当センター会員が大活躍、参加者を大いに喜ばせた。「支援者」と「被災者」という立場ではなく、「個人」と「個人」が対等に関わる「心の交流」を通して新たな強い「絆」が育まれた交流会となった。



全員入賞の快挙を成し遂げた(写真前列左から)新垣トミ子さん、大盛春子さん、小底君子さん、(後列左から)大泊春枝さん、桑江春山講師、森竹邦良さん

推薦	新垣トミ子
特選	喜瀬 翠洲
準特選	大盛 春子
	大盛 英俊
秀作	屋嘉比政市
	大泊 春枝
	小底 君子



「推薦」賞に輝いた新垣トミ子さんの作品

書道同好会(識名章会長「会員9人」)のメンバー7人が出品した「弘法大師奉賛高野山競書大会」で、新垣トミ子さんの「推薦」入賞をはじめ、全員が入賞を果たした。

新垣トミ子さん「推薦」入賞  
書道同好会が全員入賞の快挙!

わったく同好会

# 儀間泰夫さんが優勝 女子最高位は新垣節子さん

## ボウリング大会に29人が参加

地区

### 上位入賞者

優勝	儀間 泰夫
準優勝	石川 正松
3位	稲嶺 盛正
特別賞	新垣 節子
ブービー賞	仲宗根八重子



美里中校地区(屋嘉比政市地区長)は8月17日、ドラゴンボウルで健康増進ボウリング大会を開催した。29人の参加者は日ごろの運動不足解消に果敢に挑戦、楽しい汗を流した。

# 美里中校地区



優勝は儀間泰夫さん



新垣節子さんが女子で最高位の12位と奮闘、特別賞を獲得した。

# 新垣秀子さんがV 男子は大城栄さん

## ボウリング大会 19人が熱戦

### 上位入賞者

	女子	男子
優勝	新垣 秀子	大城 栄
準優勝	山入波房代	山根 永延
3位	金城 ツル	大城 常英
ラッキー7賞	富川 安子	上原 精栄
ブービー賞	仲田ヒロ子	新垣 安正

19人が参加、女子では新垣秀子さんが男子では大城栄さんが優勝した。2投連続のガーターやボールを下に落とすなどの珍プレーに笑いの渦。楽しい大会となった。心地よい汗を流した後は2階のレストランで表彰式をかねての豪華お食事を。次回もお楽しみに...



安慶田中校地区(小橋川啓地区長)は8月17日、親睦ボウリング大会をセントラルボウリング場で開催した。

# 安慶田中校地区



グラウンドゴルフ大会開催  
コザ中校地区

コザ中校地区恒例のグラウンドゴルフ大会を開催します。

\*日 時 9月22日(日)


午前9時スタート

\*場 所 沖縄市八重島公園

\*会 費 1500円

(ゲーム・弁当代等)

講座名	曜日	時間	受講料	講座内容
パソコン入門	水曜日	10時～12時	6,000円	初心者向き
	金曜日	13時～15時		基本操作
		19時～21時		文書作成・インターネット
ワード中級	水曜日	13時～15時	7,200円	表やイラストを挿入した本格的な文書作成
		19時～21時		
	金曜日	10時～12時		ハガキ作成
エクセル基礎	火曜日	13時～15時	7,200円	基本・表計算等
総合クラス	土曜日	10時～12時	8,400円	ワード・エクセルを中心に希望者(PC持ち込み可)
デジカメⅡ	木曜日	10時～12時	8,400円	デジカメやムービーメーカー、メディアプレーヤーの活用で音楽や画像の取り込み、編集
デジカメ&応用	木曜日	13時～15時	8,400円	デジカメからの画像取り込み
	火曜日	19時～21時		インターネットワードの応用



**受講しませんか**  
「第一期(十月十二月)パソコン講座」



- \* テキスト代
- ・パソコン入門&中級ワード・・・2,100円
  - ・エクセル・・・・・・・・・・1,260円
  - ・デジカメ・・・・・・・・・・980円
- \* 材料費
- ・用紙、印刷代として・・・300円～500円

定員・・・各講座17名  
(先着順/切り)  
申込... 9月9日(月)～  
地域、年齢は問いません。  
沖縄市以外の方も大歓迎  
(駐車場完備)

お申込・お問い合わせ  
(公社) 沖縄市シルバー人材センター  
〒904-2155 沖縄市美原3-1-1  
Tel 929-1361

- 期 4月～6月
- 期 7月～9月
- 期 10月～12月
- 期 1月～3月

**夜間講座始めました!**  
初心者に優しい講師が  
皆様をお待ちしています。

このコーナーは会員の広場、でいごとして、  
会員の投稿、作品を掲載いたします。

**応募要項**


琉歌・川柳・俳句・詩・短歌・コラム・体験談・  
漫画・私の武勇伝・面白い話・怖い話等お待ち  
しています。

作・渡慶次恵美子(コザ中校地区)



磁器を彩るポーセラーツ

会員の広場  
**でいご**



# 就業現場めぐり

## 中の町建材 就業グループ

「中の町建材」(町田宗一リーダー)は6人の会員が月々土曜日の6日間、1日2人が就業している。毎朝8時に仕事の段取りを確認し作業がスタート。主な仕事の内容は、現場から戻って来た建築機材(丸パイプ、クランク、ジャッキベース等)やシート of 整理整頓。中には修理が必要なものもあり修理をして再び現場に出荷される迄の作業が行われる。



仲間との連携プレーが大切と話す会員たち。  
(写真前列右から)町田宗一リーダー、米須清雄さん、  
(後列右から)山内宗保さん、大城米雄さん、新垣盛一さん



修理が必要な、クランク一つひとつ確認し  
次の工程に送る作業をする就業会員

# 小石飛ばし車の窓に「コト」

今年度6件目

「今年度こそ事故ゼロ」を目指してスタートした25年度、早くも6件目の事故が発生した。就業前のミーティングで安全対策について再度徹底していただきたい。

**\* 事故内容** 草刈作業中、小石が飛んで軽自動車の助手席サイドガラスにヒビが入る事故が発生した。作業中は幅4メートル高さ80cmの防護用具を使用していたが、その上を石が飛んでガラスに当たったと思われる。担当者 は作業終了後に、駐車中の車のフロントガラスだけ確認して事故が発生していないと思いい作業を終了した。翌日、こどもの国の職員に指摘され事故が確認された。

\* 発生日時 平成25年7月19日 時間は不詳

\* 発生場所

こどもの国駐  
車場内

\* 安全対策

防護用具の高  
さ1・8m以  
上にする等の  
見直しも必要。



「ひやりとしたあの体験を今活かせ」

沖縄市SCスローガン

### こんな人が転びやすい!

#### ・肥満傾向の人：肥満度をチェック

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)  
 BMI = 20% 未満 (やせ) 20 ~ 22% (普通)  
 24 ~ 26.4% (やや肥満) 26.4% 以上 (肥満)

【目標は22%】

#### ・筋力が弱い人：健脚度をチェック (下図参照)

最大一歩幅 (年代別平均値)

65 ~ 69歳 男: 111cm 女: 97cm

70 ~ 74歳 男: 107cm 女: 93cm

75 ~ 79歳 男: 99cm 女: 84cm

80 ~ 84歳 男: 89cm 女: 76cm

10m最大全力歩行: 7秒以内目標

65 ~ 69歳 男: 5.4秒 女: 5.7秒

70 ~ 74歳 男: 5.9秒 女: 6.4秒

75 ~ 79歳 男: 6.3秒 女: 8.0秒

80 ~ 84歳 男: 7.8秒 女: 10.4秒



新城かな子 中部徳洲会病院理学療法士

## 健康講話

# ケガをしない身体を作ろう! 転倒予防

高齢者 (65歳以上) の寝たきり原因の第1位は脳卒中、第2位が転倒等による骨折・外傷、第3位が痴呆。ここ10年間、脳卒中の確率は横ばいに対し、骨折・外傷は1.5倍に増えている。なぜ転倒してしまうのか? 20歳代をピークに

加齢に伴い、筋力は減少しピーク時を100とすると、60歳・70歳では50%まで減少します。このコーナーでは転倒予防対策を3回シリーズで掲載します。ぜひ実践をしてケガをしない身体作りに挑戦してみてください。

#### ・筋力年齢テスト

安定した椅子に座って30秒で何回立ち上げられるかを計測

= 筋力年齢 =

23 ~ 25回	40歳代
20 ~ 22回	50歳代
18 ~ 19回	60歳代
16 ~ 17回	70歳代



最大一歩幅 (またぐ)



10m最大全力歩行 (歩く)



40cm踏み台昇降 (昇って降りる)

イラスト制作は  
新田宗明さん  
(美里中校地区)

平成25年7月31日、徳洲会病院内で行われた新城かな子講話より

「刈払機取扱作業員に対する安全衛生教育」のお知らせ

技術・技能及び安全面の向上を目指す

- 開催日 平成25年9月25日 (水) 午前9時 ~ 午後4時
- 場所 シルバーワークショップラザ 大会議室
- 参加希望者は9月24日 (火) までに事務局へお申し込みください。



## 健康診断を受けよう!

沖縄市シルバー安全標語

ひやふしはるーん作業者の安全

今月の重点目標

安全対策の徹底 (作業グループ) の目標

いっせいで安全作業

無事故記録

平成25年7月25日現在

35日目

6件発生 4名発生 2名発生

※作業員の危険予知・アテンションの徹底

沖縄市シルバー安全掲示板

# 事務局だより

## 「センター」の主な就業内容

植木の手入れ、除草、草刈、施設管理業務、大工、左官、ペンキ塗り、福祉・家事援助、電話受付、宛名書き、賞状書きなどいろいろな軽作業をしています。

「あなたもシルバーで生きがいを見つけませんか」市内に居住する60歳以上で就業や同好会、ボランティア活動を希望する方。

## 「同好会」

- ・三線
- ・琉舞
- ・手工芸
- ・ボウリング
- ・パソコン
- ・グランドゴルフ
- ・書道

## 「ボランティア」

地域の方々に大変喜ばれています。



グランドゴルフ同好会のメンバーは35人、第2・4日曜日に美里公園で健康増進に励んでいます。あなたも一緒に心地よい汗を流しませんか。

## 新入会員紹介

8月は3人(女性1人・男性2人)が新会員として入会しました。地区の皆さんよろしく。

- |    |    |            |
|----|----|------------|
| 当真 | 嗣栄 | (美東・東中校地区) |
| 仲村 | シズ | (山内中校地区)   |
| 鳥袋 | 正敏 | (コザ中校地区)   |

## 配分金支払明細書の受け取りについて

毎月20日(20日が休日の場合は前日)は、配分金支払日となっています。配分金明細書は事務局に準備していますので、必ず受け取ってください。

## 就業日報を提出しよう

就業日報は、作業が終わり次第、事務局に提出願います。月末まで作業した人は、翌月の1日には提出するようにして下さい。会員番号の誤記入が無いように、もう一度確認願います。

## 編集後記

処暑：二十四節気の一つで、立秋のち15日で今年は8月23日。暑さが終わるという意味だそうで、今年の異常気象も幕にしたいものです。

さて9月1日は「防災の日」、関東大震災が起こった日です。暦の上では二十日に当たり、台風シーズンに入る。加えて高潮、津波、地震等の災害の認識を深め、これに対処する心構えを日ごろから身につけておきましょう。

編集 諸喜田信敏

東條 正躬

田中 穰

写真協力

仲村 睦秀

恒吉 正明

## 9月の予定

- 10日(火) 午前10時 新会員人会説明会
- 20日(金) 午前10時 理事会
- 25日(水) 午前9時 刈払機取扱い作業者に對する安全衛生教育

