



シルバー酒田

〈発行〉
公益社団法人
酒田市シルバー
人材センター
酒田市相生町2-3-80
TEL (0234) 22-3344
FAX (0234) 22-3434



仁王様のように周囲に目配り。背景 希望ホール



混雑して来ました。



この日は最高気温5.4℃でした。



どちらまでですか？

一期一会の笑顔で
横代 守屋 久一
私が入会したのは、定年退職して何か仕事をとっていた矢先の平成十四年、同じ地区から職員として働いていた人に声を掛けられたからでした。
身体が大きいのと力があると思われたのでしよう。今は閉店した清水屋デパートで、展示替えとか催事の準備で汗を流す仕事が増えて来ました。他にも、ドラッグストアで荷物と伝票の検品、陳列作業と、似たような仕事が舞い込んで来ました。どうやら私の予想は的中したようです。
今度は希望ホールの建設が始まり、駐車場整理三人の内の一人として働くことになりました。この仕事は、背が高いと身振り手振りの合図が入場者から良く見えるため、交通安全上？向いていたようです。その後は、山居倉庫・夢の倶楽の駐車場整理に移り、観光客の皆さんに「酒田に来て良かった」と喜んで帰ってもらえるようにと仕事に励んでいます。
何はともあれ、この仕事を長い間続けて来られたことに感謝し、仲間と交わす言葉遣いにも気を付けて、配置につくときは自分が一番大変なところに入るようにしています。お客様第一にこれからも頑張ります。



合同職員研修会 11/12



お掃除教室 11/17



「番外」今年は大雪でした 2/8



国体記念テニスコート開所作業 11/30



光丘文庫冬囲い 12/7



やまゆり荘冬囲い 12/9



障子・襖張り教室 12/15



派遣会員スキルアップ講習会 11/15

特別寄稿

酒田の三丁目姓

三丁目俊三

酒田でも珍しい三丁目姓の初出は、内町組大庄屋を交代した三丁目家に關する記述(一六六六)である。
水戸から秋田に移封された佐竹氏一族の大炊が、遊佐の三丁目郷から最上氏時代の酒田に移住して三丁目姓を名乗った。内町組大庄屋に任命された三丁目弥右衛門は宝永年間の五年間(一七〇四〜〇九)に、計四千両(約四億円)の御用金を酒井候(庄内入部一六二二)に献上し、の

編集後記

令和に年号が変わってもう四年になりました。早いものです。
皆さんお気づきかと思いますが、今度二月に発行されていた会報誌は今年度から三月発行となりました。七月、十一月、三月、年三回(今までと同じ)発行となります。
私達会報委員の話合いでその方が記事の準備や各種のお知らせに便利だということ変更となりました。今後とも宜しくお願い致します。

ち佐竹姓に復すことを許される。同期間の酒田町組三十六人衆上位三名の献上金総額は九千両。最多献金者の地位はこのあと、本間光丘と入れ替わった。
内町から分家した三丁目が五軒「三十六人衆歴代一覧表」(一六〇一〜一九一九)に記載してあり、最も古い三丁目弥右衛門(一六八六)、三丁目清右衛門(一六九六)両家の屋敷は元禄九年の本町屋敷割一ノ丁に併記してある。鶴渡川原の青原寺の大旦那であった三丁目(佐竹)弥右衛門と妻玉鸞の御影石製の夫婦墓は、筆者の先祖代々の墓の側に建っている。

さて、先日、テレビを観ていて、わかったことがありました。どうして最近の小学生は2Bの鉛筆を使っているのかなと思っていました。昔はHBを主に使っていたように思います。それは、今の子供たちは筆圧が弱くなっているのだそうです。そのため学校では2Bの鉛筆を使わせているとのこと。パソコンやタブレットを使いこなす子供たち……暗くなるまで外で遊んでいた私達とは時代が違いますね。(渡邊)

コロナ禍で見直す働き方



理事長
土井 一郎

日頃から会員の皆様には温かい見守り、励ましのお言葉をいただき深く感謝申し上げます。

令和三年度については、今現在事業結果や決算数値をまとめています。概ね昨年度同様でまとめ、極力ご迷惑のないよう鋭意努力しております。

今年度もコロナ禍の厳しい時期ではありましたが、わがシルバー人材センターの考え・歩みをお知らせし、ご指導いただきたく存じます。

基本的な考え

小さくてもきらりと光る唯一無二のシルバー人材センターを作る。

具体的な行動指針

- ①魅力ある仕事を丁寧に取り組む。望むような姿に変換し提供する。
- ②フルタイム型にこだわらず、会員の望む時間・曜日にあう、働きやすいシニア型に作り変え提供する。
- ③シルバーの得意とする働き方から

(請負型である臨時的・簡易的・軽易)時代に合った派遣型も二本柱として育てる。

④お客様のニーズを先読みし、業務に対し提案し契約をいただく。

⑤女性会員の県内一の加入率を目指す。

このことを基本とし、事業運営いたしました。

この結果、手元にある資料は十一月締めではありますが、県内の市クラスのランク付けとして

①契約高獲得では請負は山形市に次ぎ二番目、派遣はトップです。

②女性会員の入会比率もトップです。一定の成果が出ており、実務にあたっては職員に対して、敬意を表するものです。この運営方針は、令和四年度も採用する考えであります。

コロナ禍においては、シルバーの目標とする社会参加、生きがい、健康保持の観点から、生活向上のために働きたいと考える会員の方が増えたような気がします。私達はそういう人たちのために働き、結果を出せたことはうれしい限りです。一日も皆様と気兼ねなくお会いし、語り合える日を楽しみにしております。

理事会報告

■令和3年度 第3回理事会 (令和3年12月27日開催)

協議事項

- 第9号議案 職員就業規則の一部改正について 原案どおり可決承認された。
- 第10号議案 職員給与規定の一部改正について (令和3年12月分の期末手当支給月数の変更について) 原案どおり可決承認された。
- 第11号議案 職員給与規定の一部改正について (令和4年4月以降分の期末手当支給月数の変更について) 原案どおり可決承認された。

監事報告

・令和3年度 中間監査の結果について報告されました。

報告事項

- ・新入会員について 新入会員21名の報告がされました。
- ・事業実施状況報告について 令和3年4月～令和3年11月の事業実績と事業進捗状況が報告されました。
- ・事故報告について
- ・各委員会の報告について
- ・その他

安全就業だより

業務係長 五十嵐千恵

会員の皆様には日頃から安全就業を心掛けていただいておりますが、令和三年度十二月末時点で、シルバー団体傷害保険対象となった傷害事故が六件、損害事故が二件発生しています。傷害事故六件中五件は転落・転倒による事故であり、骨折などの大きな怪我につながり、長く就業できない状態が続き、長期入院となったケースもあり、大変残念に思います。

損害事故は二件とも草刈機による物損事故です。「いつもやっているから大丈夫」といった過信や油断は禁物です。「絶対事故を起こさない」「自分の身体は自分で守る」ということを常に意識して就業してください。

また、事故にあった時は時間がたつてから異常が出る場合があります。自己判断せず、少しでも気になったら医療機関を受診するようにして下さい。

パンデミック小史

少し前からみれば私たちの生活様式は随分様変わりしてしまいました。喉元過ぎれば熱さを忘れる日本人ですが、日常生活においてマスクを着けて頻りに手洗いや消毒をする習慣がすっかり定着したように見えます。

少し昔にさかのぼってみましょう。古い会員の皆さんの中には、幼い頃麻疹を送りをしてもらった人もいます。路傍に立つ南無阿弥陀仏と刻まれた碑は、その昔流行病で亡くなった人たちの供養に建てられたものでしょう。彼岸やお盆の頃になると、ご婦人たちがその前で念仏を挙げていたものです。医学が進歩していなかった頃は、流行病はまさに命の危険を伴っていたため恐れられました。

ここで、明治以降に発生した流行病の主な例を紹介しましょう。明治十二年七月飛鳥から出たコレラはまたたく間に飽海郡内(現在の酒田市の最上川以北、遊佐町にほぼ該当)に流行、罹患者は四三〇人うち死亡者二七三人という恐るべき状況でした。今日コレラ山と称され、虎列刺地蔵が立つ一帯はかつて病死者を埋葬したところです。その後コレラは波状的に当地を襲い、明治二八年の大流行の時には、身を挺して治療にあたった酒田の内科医伊東清基が、自らも感染しこの世を去りました。



コレラ地蔵

時代は大正に変わり、世界的に流行したのが今日新型コロナウイルスと比べられることが多い、スペイン風邪と称される流行性感冒(インフルエンザ)です。大正七年十一月には飽海郡の患者数二万一千四百〇〇人余、死亡数一六六人と、当時の人たちにとっては、現在猶歎を極めている新型コロナウイルスどころではない恐ろしさでした。

本題に入りましょう。ヒトに感染するコロナウイルスは風邪の病原体として人類に広く蔓延している四種類と、動物から感染した重症肺炎ウイルス二種類が知られています。ここでは、ヒトに感染するコロナウイルスについて概説します。

①風邪のコロナウイルス

ヒトに感染する風邪の十の十五%は四種類のコロナウイルスを原因としています。冬季にピークが見られ、ほとんどの子供が六歳までに感染を経験します。我々はこれらのウイルスに生涯に渡って何度か感染しますが、軽い症状しか引き起こさないため問題になることはありません。

②重症急性呼吸器症候群コロナウイルス(SARS-COV)

ヒトに感染するコロナウイルスがヒトに感染して重症肺炎を引き起こすようになったと考えられています。二〇〇二年に中国広東省で発生しましたが、二〇〇三年以降ヒトへの感染は見られません。

③中東呼吸器症候群コロナウイルス(MERS-COV)

ヒトコブラクダに風邪症状を引き起こすウイルスですが、種の壁を越えてヒトに感染すると重症肺炎を引き起こすと考えられています。

二〇一二年にサウジアラビアで発見されました。二〇一五年に韓国の病院で起こった感染拡大は、大きな問題となりました。

④新型コロナウイルス(SARS-COV-2)

二〇一九年に中国武漢で発見され、全世界に感染拡大しました。コウモリのコロナウイルスを祖先に持つと考えられますが、センザンコウのコロナウイルスとも似ているという報告もあり、実際にどのような経緯でこのウイルスが人類に感染するようになったのかは明らかになっていません。

あらためて新型コロナウイルス(COVID-19)について復習してみましょう。二〇二一年九月までに世界で感染が確認された人は二億二千万人、死亡者は四五五万人であり、仲間であるSARSはあるいはMERSとは伝播性と病原性において明らかに異なるウイルスと言えます。

ヒトからヒトへの伝播は咳や飛沫を介して起こり、特にいわゆる三密の空間での感染拡大が確認されています。高齢者や糖尿病等の基礎疾患を患っていた人は重症の肺炎を引き起こすことが多いが、一方健康な人での重症例や死亡例も稀ではあります。確認されています。

今後、このウイルスは人類に定着して蔓延することが予想されています。他の四種類の風邪コロナウイルスと同様に、人類と新型コロナウイルスが共存できるようにするためには、人類の方でワクチン接種率を高め、ウイルスに対する抵抗力を持った集団を作っていく必要があります。(参考文献 国立感染症研究所)

令和3年12月末現在

令和3年度 事故報告

発生日時	発生状況	原因と対策
令和3年11月8日 79歳男性	樹木雪囲い作業でカイツカイブキを縄で巻いている時、縄がすっぽ抜けてバランスを崩し5尺の脚立の4段目から1m下に転落。頭部と腰部を打ち、胸椎を骨折した。保護帽(ヘルメット)未着用。	<ul style="list-style-type: none"> 作業姿勢に注意し、バランスを崩しやすい行動をとらない。 安全帯、保護帽(ヘルメット)の着用を徹底する。
令和3年12月8日 84歳男性	樹木雪囲い作業中、三脚の開き止めチェーンを掛けなかったため三脚が倒れ、6尺の三脚の2~3段目から転落し、頭部を打ち骨折した。保護帽(ヘルメット)着用。	<ul style="list-style-type: none"> 作業を急ぎ、開き止めチェーンを掛けないで作業した。 慣れた作業であっても三脚の設置場所の確認や設備点検などは怠らざ作業する。

※団体傷害保険適用のみ

全国統一スローガン

「いつまでも働く喜び

無事故から」

酒田今昔「本間美術館の巻」

その昔は美術館といえは本間美術館でした。改めて取材すると、こんな素晴らしいところが酒田にあったのだと改めて痛感させられました。最近、少し足が遠のいていて皆さんにその魅力をご紹介します。

このたび、特集記事の取材にあたっては、公益財団法人本間美術館より特別のご配慮をいただきました。また、田中章夫館長より懇切なご助言をいただきました。記して謝意を表します。

参考文献「本間美術館パンフレット・ホームページ」「スプーン」「酒田市史年表」「新編庄内人名辞典」「湊町さかた観光ガイドテキストブック」「点訳ボランティア「はまなす」ホームページ」他

国指定名勝

本間氏別邸庭園鶴舞園

文化十年(一八一三)本間家四代光道は、藩主酒井侯の領内巡検のお休み処として浜畑に別荘を構え、合わせて庭園を築いた。鳥海山を借景として、蓬萊島を中心とする池泉回遊式庭園は、蓬萊島の松に鶴が飛んで来たことから、藩主酒井忠器侯より鶴舞園と名付けられた。



佐渡赤玉石と伊予の青石



池泉回遊式庭園

この事業は、北前船の出入りが途絶える冬期間、酒田湊を支えた港湾労働者(丁持)の冬期失業対策として行われた。文政十年(一八一七)五代光暉は庭園を修復し、さらに天保九年(一八三八)には失業救済のため別荘の大改築を行っている。

砂俵を集めて山を築き、石材は千人引きという大きな橋に載せて雪の上を運んだ。これらの石材や庭石は、北前船の安定を保つため船底に積んで来た綿積石としてもたらされたものであり、佐渡の赤玉石や伊予の青石など諸国の名石、珍石や小豆島の御影石の大小の灯籠が、時を経た松や檜の風情を引き立てている。取材に伺った昨年十一月初め、興味深い石を発見した。

黒い石の中で鯉が跳ねているように見える。また、池の端にツワブキが咲いているのを発見し、驚いたことを記憶している。

別邸清遠閣の二階座敷からは、鳥海山を借景とした雄大な景色を、四季に応じて楽しむことが出来る。

はるか昔、小学生の頃学校帰りに



ツワブキ



鯉が跳ねている飛石

りに友達と連れ立って、庭でかくれんぼや鬼ごっこをしたりしたものだ。考えて見れば贅沢な遊び場だったと今思っている。

(小林)

文化人 本間光道

本間光道は、本間家三代光丘の長子として生まれ、他の記事にもあるように八面六臂の活躍を見せて、家政を盤石のものにした。その一方で、学問を好み、経史、国学に詳しく、浄福寺公厳、医師結城庭賢らと交友した。晩年は俳人 常世田長翠(注) を招き俳諧を学び、美杜李と号した。

常世田長翠

寛延三年(一七五〇) 上総国九十九里の生まれ、三十二歳で江戸の俳人加舎白雄に師事し、その後師匠の後を継ぎ春秋庵の宗匠となった。旅を好み各地を巡り、本間家四代当主本間光道と交流があったことから酒田に移住し、光道らの豪商に俳諧を教えていた。六十四歳で没し、浄徳寺に墓所がある。

日和山公園に「人の柳うらやましくもなりにけり」、また本間美術館には「苗松の末葉くろし後の月」という句碑が建てられている。

(佐藤)

清遠閣の隠れた見どころ

文化十年(一八一三) 庄内藩主を迎えるために築造された別荘であったが、明治以来は皇族や著名人が訪れ、酒田の迎賓館と言われた。しかし、本間家では趣味の茶室を除いて建物を使うことはなかったという。

今回は、清遠閣の各所に用いられている「猪の目」文様からご紹介する。昔からハート♡の形はわが国でも装飾として使われていた。もちろんハートとは呼ば

ず猪の目と呼んでいた。魔除けの意味が込められているが、建物ではもちろん火除けであり、神社、お寺、城などに多く見られる。玄関屋根の破風に注目すると猪の目懸魚である。建物に入るとテーブル、照明器具などの調度品にも猪の目文様が施されている。

次に、二階に上る階段脇の腰板には網代模様、上を見るとき梅の花と枝の木彫が装飾されている。その影が白壁に映り、何とも侘び寂びの世界を感じさせてくれる。部屋の壁や襖には金粉が撒かれ雲のイメージが浮かび上がる。二階畳廊下の欄間には橋と欄干があり、廊下を川に見立てて火伏の意味があるとのこと。

このように、随所に施された、酒田の迎賓館としての贅を凝らした作りが格式やおもてなしの心が感じられる。(渡邊)



猪の目文様(脚の付け根に注目)

ヘレン・ケラー来館

今ではヘレン・ケラーと言っても知らない人が多い。これも古いのが、映画「奇跡の人」でパティ・デュックが演じたその人である。昭和二十三年九月首・聾・啞三重苦の聖女と言われたヘレン・ケラー女史が特別列車で酒田を訪れた。琢成小学校で開催された「全国盲人大会」出席のためであった。会場には彼女をひと目見ようと三千人の人達がつめかけた。

その折、ヘレンは本間家の家族との会見を強く望んだという。それは、本間家が江戸時代より、視覚障害者に対して支援を行っていたことを知っていたからである。

本間美術館を訪れたヘレンは、建物の

説明を受けるのと、自分の手で柱や鴨居に手を伸ばし、また壺や陶器の中に手を入れたり、臭いを嗅いだりして、触覚と嗅覚で「鑑賞」するの熱中しているようだった。歓待を受けたヘレンは、本間家に直筆のサインが記された丁寧な礼状を送っている。

話は変わるが、正門横にその時植えられた記念のヒマラヤ杉が立っている。是非来歴を記した案内板を立ててもらいたいものである。(渡邊)



ヘレン・ケラーのヒマラヤ杉

本間美術館のお雛さま

本間美術館のひな祭りの歴史を少し紐解いてみますと、それは昭和二十三年にさかのぼります。戦後の荒廃した人々の心を励まそうと開館した翌年の三月に、地元旧家のお雛様を集めて、雛人形展を始めたことに端を発しています。

庄内地方には、北前船によって、京都大阪、江戸等から運ばれて来た雛人形が沢山ありました。本間家にももちろんのこと、荒木家、小山村、白崎家、市原家、藤井家、風間家等からお借りして始めたのが雛人形展の始まりでした。

現在、美術館で展示しているお雛様の多くは、急激な時代の変遷から個人で維持するのが大変なこともあり、ご寄贈、ご寄託をいただいたものです。初めの頃は、展示場所は本館(清遠閣)のみでしたが、大きな段飾り等も増え、平成五年からは新館(美術館展示会場)でも展示が始まりました。

皆さんからは是非ご覧いただきたいのが、

鶴岡の鉾山王と言われた齋藤昌二氏の古典人形コレクションです。立雛、内裏雛に御所人形や嵯峨人形、衣裳人形、郷土人形など。中でも立雛、寛永雛、享保雛、次郎左衛門雛、古今雛など、内裏雛の様式の変遷を概略的に見られることが出来るのが大きな魅力です。

今年も酒田雛街道「本間美術館のひな祭」が始まりました。(小山)



享保雛

本間美術館の歴史

昭和二十二年(一九四七) 本間家別荘「清遠閣」と庭園「鶴舞園」を開放して、戦後初の私立美術館「本間美術館」が開館された。戦後の荒廃した人々の心を励まし、芸術文化向上に貢献することが目的であった。

初代館長には本間家八代当主光弥の甥で、著名な日本刀研究の第一人者本間順治が就任したが、美術館の開館に賛同し、戦後の社会に夢を託した人々との共同作業と言える。開館当時は、本間家に伝わる庄内藩酒井家、米沢藩上杉家など諸藩からの拝領品を中心に展示した。その頃の収蔵品は二百点程であった。

このような試みは社会から高い評価を受け、昭和三十年(一九五五)運営母体「酒田美術協会」が、第一回齋藤茂吉文化賞を受賞した。昭和四十年(一九六五)には、財団法人となる。理事長には本間順治館長には弟の本間祐介が就任した。祐介は本間物産社長でもあり、開館当初から在京の兄に代わり、地元酒田で貢献していた。

昭和四十二年(一九六七)

美術館残照

子供の頃、父の自転車に乗せられて美術館によく連れて行かれたものだ。砂利道を走り、正門に入ればそこは別世界、見るものすべてが輝いて見えた。父は展示の書画骨董が目的だが、学齢前の鼻たらし小僧は何も分からず走り回っていた。庭園の奥には遊具があり、ブランコが実際に楽しかった。誰が撮ったか不明だが、ブランコ前に立つ写真があったのだが今では所在不明である。

高校生ぐらいになると少しはものが分かって来た。一番共感を覚えたのが清遠閣のガラ



六明廬から望む春日型 金山灯笼

同じであり、子供の頃は歪んだガラスは恥ずかしくなかった。ガラス越しに見える歪んだ景色の良さが分かるのは、ある程度年を取らないと無理であったのである。歳末入札会というものがあつた。美術館が出品者から品物を集め陳列し、欲しい人が札を入れるオークションで、入札額の一割を生活に困っている人達への募金に充てるというものであった。物好きの筆者は、ある年佐藤三郎氏の蟹の絵皿が気に入り、そんなに高くないだろうと駄目で元々入札したところ、何と落札の知らせが届いた。今となっては、いくらで入れたか記憶も全くさだかでない。椒山と銘が入った本間焼の絵皿は今も我が家の棚に飾ってある。

瑣末なことであるが、長年気に掛かっていることがあつた。清遠閣や鶴舞園のトイレの話、小便器に何か植物の枝葉が差し込んであつた。この記憶は特に鮮明である。説明するまでもなく飛散防止と消臭効果を狙ったものと思うが、この植物が何かが永年の疑問であつた。先日、館長にお聞きしたが、さすがの館長も分からないとのことであつた。改めてあれこれ考えてみて、結局杉かヒバの枝葉ではなかったかと自分なりの結論を出したが、真相は謎のままである。(佐藤)



雪隠



正門

日常茶番事



日頃、胸中に秘めていたバカ話、無駄話を発表するコーナー。第3回目は「俺(私)にも言いたいことがある」として、夫婦間の悩みをそっと打ち明けていただきました。意外にも、皆さん忍耐深いばかりで、あまりスッキリしたとは言えなかったようです。

なお、第4回目は、「誰にも言えない私の秘密!」と題して募集いたします。今回も特に締め切りを設けませんので、封筒の表に「会報原稿」と記入して、事務所または旧支所ポストに投入して下さい。もちろん、匿名で結構です。

『ウチの亭主は明治生まれか?!』

「男子厨房に入らず」を未だ忠実に守っている。ウチの亭主の中では上げ膳下げ膳は当然のこと、起床前の亭主の朝食昼食を準備して出掛け、夕方仕事から帰宅してみると、朝食と昼食に使った食器はそのままになっているのが日常。

ところがある友人の家で夕食をご馳走になった時、洗い物に立とうとする私を制してお喋りを続ける友人のダンナ様は、何と黙々と私達が使った食器を洗っているではないか。確かウチの亭主と同年! 嗚呼~教育が悪かった!!

—日々嘆きの妻—

『還暦の言い分』

赤ちゃんは少しずつ出来るが増えるが、還暦を過ぎると出来ないことが少しずつ増える。

若い頃は、親・先生・そして上司に対して思っても言い返すことが出来なかったのに、還暦を過ぎると“つらつけね”ことが言える。相手の気持ちなど考えず、ずけずけと行ってしまふ。謙虚さなんてどこ吹く風だ。(でもあとで反省する)

還暦を過ぎたら、適度に働き余暇を楽しむ、そんな理想を持っていたのだが、現実はどうだ。仕事を探せば年齢制限に引っ掛かり、やっと見つけた仕事は希望からほど遠く、腰をさすりながら働く日々。

せめて孫には嫌われない優しいお年寄りになりたい。

—かつては“何を考えているかわからない若いやつら”だった?—

『買い物付き合いはつらいもの』

時々、妻と一緒にスーパーへ買い物に行きます。スーパーに入るとすぐカゴを持つ妻の後ろを俺はついて歩きます。

妻「自分の食べたい物、カゴに入れてね。」俺「今夜のつまみ、チーズ、たこのカルパッチョ、ゲソ天…」とカゴに入ると

妻「これ、いらない。これ、いらない。」と、俺が入れた物を店の棚へ戻していく。

俺「だったら、毎回食べたい物を入れて…などと言うなよ! いつもそうなんだから!」

と、俺は腹の中でつぶやく。

—反撃できない夫—

『俺の言い分』

結婚当時、朝食を何にするかで揉めた。俺はごはんがいいと主張したが、結局パンに決まり48年間続いている。いま考えてみるとトーストにコーヒー・ヨーグルトで、簡単に準備出来るからだ。

しかし退職後、いつの間にか俺の分担になった。掃除・皿洗いの仕事も追加された。洗濯・料理はさすがまだ言われていない。私(家内)の言い分によれば、俺がすることがなくて早くボケてしまうからと俺の為にさせているのだと?

48年間夫婦生活をしているとお互い言いたいことは一杯あるだろう。ときには感情に任せて行ってしまふと決まって後悔することになる。夫婦円満の秘訣は、歳をとったら俺は私に出来るだけ逆らわないことだ。とほほほ。

—昔は若かった—

随感

今日も歩いていきます。

米島 叶堂 利孝



私は不健康を解消しようと七年前からウォーキングを始めました。極力無理はせず、自宅周辺を四季の移ろいを感じながら歩いていきます。

今時は土手のふきのとうを摘んで、てんぷらやばんけ味噌を作り、春の訪れを楽しみます。暖かくなれば

あの日から一年



東大町 村上 暁子

おはよう「元気があったか」で始まる家事と孫の世話に追われている。昔の職場の友達との月三回の楽しみのお茶会が、そのきっかけだった。

友の一人が「シルバー人材センターに登録してきた」と言った。「何かこのまま家の中に居るとだめな様な気がして」と続けた。友は私より若いので確かにその通りだ。この会話中に彼女のケイタイが鳴る。シルバーからだ。「週三回は無理です」

ばカメラを持参し、青空に鳥海山、桜に菜の花と私の一番好きな風景を。あちこち撮りながら歩きます。季節は初夏、刈屋の真っ白な梨花や、田植えが終わった後、勢い良く伸び始めた苗の緑の鮮やかさには心が洗われます。夏には暑さを避けて夕方から夜に川風を感じながら歩き、秋の夕焼け時間、跨線橋から望む黄金色に輝く田圃はまさに絶景です。初冬ともなれば白鳥が飛来し、のんびりと餌をついばんでいます。このような素晴らしい環境の中で、健康寿命を延ばすことが出来るようにと今日も歩いていきます。

事務局通信

●会員の皆様へ

●年会費納入のおしらせ

令和四年度も引き続き会員を継続される方は、四月中に各地域班長が集金に伺いますので、会費三千円を納入下さるようお願い致します。

なお、都合により退会される方は、班長が伺った時に「退会届」に記入して提出して下さい。また、領収証は各地域班長が持参していますので、直接事務局への納入はご遠慮下さい。

※互助会事業中止に伴い、会費資格を一年間延長することに決定致しましたので、令和四年度分の互助会費は徴収致しません。

●消費税のインボイス制度について

請負・委任契約で就業されている会員は「個人事業主」であり、皆さんに支払われる配分金には内税として消費税が含まれています。「個人事業主」には納税義務があります。収入が年間一千万円以下の場合には「免税事業者」として取り扱われるため、申告納付は

フレイルがあなたを狙っています。

コロナ禍で外出頻度が減り、地域に出て人とつながることもめっきりなくなりました。意識してフレイル予防に努めましょう。

筋肉を作るのに不可欠なたんぱく質の摂取量が少ないとフレイルになる可能性が高くなります。たんぱく質を多く含む肉や魚などを食べましょう。

運動習慣が大切です。会報では折に触れてご紹介していますが、普段から意識してスクワットや片脚立ちなど、筋肉やバランス能力を鍛える運動をしましょう。これなら家の中でも出来ます。普段から階段を使ったり、坂道を歩いたりしましょう。

歯科医院で口の働きの衰えをチェックしましょう。硬いものを噛みづらい、むせることが増えたといった口の働きの衰えも、栄養摂取に悪影響を及ぼします。口の働きの衰えてきた人は、要介護になる可能性が正常な人の二倍強という恐ろしい研究報告もあります。

◆介護予防には早めの対策が重要



適切な運動や食事による改善

免除されています。

なお、令和五年十月から消費税の適格請求書等保存方式(インボイス制度)が施行されると、配分金に係る消費税の取り扱いが変更される可能性があります。今後の動向については、情報があり次第お知らせ致します。

刈屋梨花粉交配講習会のご案内

1. 日時 令和4年4月12日(火) 午後1時30分～午後2時30分
2. 場所 当センター 多目的ホール
3. 内容 花粉交配について (初心者向け)
4. 講師 刈屋梨出荷組合組合長
5. 申込 当センター事務局 22-3344

訃報

謹んでご冥福をお祈り申し上げます
齋藤 敏行さん(七十二歳) 四年一月
佐藤 弘さん(七十歳) 四年二月