

鳥取 会報

第 10 号

2004年 1月



白壁土蔵群 提供 鳥取県倉吉市

年頭のあいさつ	2~3	シルバー人材センターの紹介	12~13
目 平成15年度臨時理事会	4	シルバー人材センターの独自事業	14~15
平成15年度事業実施状況	4~7	シルバー人材センター設置状況	15
新規入会会員の紹介	7	会員の広場	16~17
次 健康シリーズ⑨	8~9	講習会に参加して	17~19
平成15年度SP事業の実施状況	10~11		

社団法人 鳥取県シルバー人材センター連合会

年頭のご挨拶



(社)鳥取県シルバー人材センター連合会

会長 川口 貞良



新年あけましておめでとうございます。

県内各シルバー人材センター役員・会員の皆様方をはじめ関係各位の方々には、新春をお健やかに迎えになられたことをお慶び申し上げます。

県内シルバー人材センター事業は、昨年三朝町・気高町シルバー人材センターが設立されたことにより、県下三十の市町村で二十七のシルバー人材センターが設置となり、シルバー人材センター事業実施地域が着実に拡大しており、また会員数も約四千九百人となり、誠に喜ばしい限りであります。

我が国の高齢社会は急速に進展しております。特に、鳥取県は、全国第七位の高齢県で、高齢者は増加しており、そのため、これらの高齢者に生きがいと社会参加の場を提供し、

また、健康保持と高齢者も社会の一員として活躍できる環境作り「活力ある高齢社会」の推進が極めて重要であります。

鳥取県シルバー人材センター連合会は、設立以来、シルバー人材センター事業の発展・拡大を図ることで、高齢者が豊かで明るく、安心して、安全に就業出来るような社会環境作りを目指して事業展開をしてきたものであります。

その結果、各シルバー人材センターとも長引く不況により経済・雇用情勢が一段と厳しさを増す中で、会員数や受注件数、受注契約金額等、事業実績は順調に推移、発展しております。

これもひとえに、国、県及び関係市町村・関係機関のご理解とご指導の賜物であり、ま

た各シルバー人材センターの役員・会員各位が、最大限努力されたものであって、あらためて深く感謝と敬意を表したいと思っております。今年もこの実績に満足することなく、地域社会の期待に応えるべく、更なる充実発展を目指していく所存ですので、皆様方の温かいご指導ご支援をよろしくお願い申し上げます。

また、今年市町村合併問題が急速に具体化されることが予想され、私共シルバー人材センターにも大きな影響が生じてまいります。

最後になりましたが、会員の皆様方には、本年も健康管理や安全管理には十分ご留意いただき活躍されますことを強くお願いいたしますとともに、役員並びに関係行政機関そして発注者の皆様方のご健勝ご多幸とシルバー人材センターの発展をご祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。



新年の御挨拶



鳥取県商工労働部

部長 山本光範

新年明けましておめでとうございます。

シルバー人材センター関係者の皆様におかれましては、日ごろ本県の高齢者施策に御理解と御協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

さて、高齢化が進展することが予想される鳥取県において、経済の活力を維持していくためには、高齢者の皆様が持つておられる豊かな知識と経験を活かして活躍していただくことがますます必要であります。

そのためには、「地域の高齢者が共に働き、共に助け合う」ことを目指すシルバー人材セ

ンターの役割がますます重要であり、高齢者の皆様自らが生きがいを持って生活され、地域社会にも貢献される各種事業に取り組まれることを今後とも期待しております。

本県としましても、県内の全ての高齢者の方がシルバー人材センターの会員になっただけのように、全市町村のシルバー人材センターの設立に向けて、引き続き努力してまいりたいと思っております。

終わりに、各シルバー人材センターの益々の御発展と、会員の皆様方の御健勝と御活躍を祈念いたしまして、新年の御挨拶といたします。



平成十五年度 第一回臨時理事会開催

平成十五年度第一回目の臨時理事会が平成十五年十一月十二日（水）「米子ワシントンホテルプラザ」に於いて、会長以下全員の理事の出席のもとに開催されました。

当日審議された議案は次のとおりで、いずれも原案どおり承認されました。

第一号議案 新規会員加入の承認について

第二号議案 平成十五年度収支補正予算書

（案）について



平成十五年度 事業実施状況

無料職業紹介責任者及び 担当者会議開催

県下各シルバー人材センター間で、無料職業紹介の取扱いに差違が生じないように県下の法人シルバー人材センターの責任者及び従事者が平成十五年八月二十二日（金）倉吉市倉吉シティホテルに集まり、各センターの実施状況や今後の取扱い等について協議しました。

小規模シルバー人材センター 事務局長会議の開催

平成十五年八月二十六日（火）倉吉市のホテルセントパレス倉吉において小規模のみの事務局長会議を開催しました。議題は

- 一 安全就業の徹底、
- 二 シルバー保険の契約内容等について

最後の意見交換を行い、特に保険契約の内容によっては保険で担保されない事象もあり、いろいろと意見が出され有意義な会議となりました。

いきいき健康福祉まつり 二〇〇三・鳥取県ボラン ティアフェスティバルの開催





世代をこえて楽しく交流して、ボランティア活動の輪を広げると共に明るい長寿社会を実現することを目的として、いきいき健康福祉まつり・ボランティアアフエスティバルが平成十五年十一月八日（土）鳥取県立倉吉体育文化会館に於いて開催され、このイベントに参加し、地域住民とふれ合い、シルバー事業の発展・拡充を図る目的でシルバー人材センターコーナーを設け、連合会及び地域の拠点センターと共に来場者に公報資料を配付して

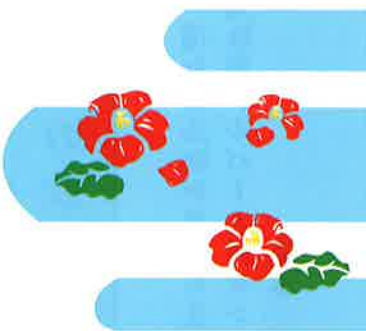
PRに努め、又シルバー事業を紹介するパネルの展示、会員の手作り作品、就業状況写真の展示等を行い事業の広報活動を行いました。

鳥取・島根シルバー人材センター 連合役員交流研修会開催

去る平成十五年十一月二十六日・二十七日の二日間米子市のワシントンホテルプラザにおいて、鳥取・島根シルバー人材センター連合の役員員百二十数名が参加し、鳥取県、島根県の合同交流研修会を開催しました。

研修会には、来賓として、鳥取県商工労働部長、鳥取労働局職業安定部長をお迎えし、又講師として全国シルバー人材センター事業協会の松川勇二参事、記念講演として鳥取大学副学長の能勢隆之先生をお招きし、事例発表者には島根県斐川町シルバー人材センター事務局長の尾添育男様をお願いして研修をしました。研修の内容は

- ☆ 講演「シルバー人材センターの当面する課題と対応について」全シ協 松川参事
 - ☆ 記念講演「高齢者の健康づくり」鳥取大学副学長 能勢先生
 - ☆ 事例発表「斐川町枝葉リサイクル事業について」尾添事務局長
- 有意義な研修になりました。



安全就業研修会の開催

安全就業はシルバー事業の最も重要な課題であることから、去る十二月十七日（水）倉吉市の倉吉シティホテルに於いて県下シルバー人材センター連合の役員、会員八十数名の参加のもと、安全就業研修会を開催しました。会員、職員によって応募された安全就業標



語の表彰を行い、広島県尾道広域シルバー人材センター理事長の濱中国秋氏に「シルバー事業の安全適正就業について」と題して基調講演をいただき、鳥取県シルバー人材センター連合会の安全就業パトロール員及び米子広域シルバー人材センター事務局長の事例発表の後、意見交換を行い安全就業への取り組みについて良い勉強になりました。

安全就業標語の表彰作品

◎ 優秀作品

ちよっとした 慣れと油断が事故を生む

(社)鳥取市シルバー人材センター

森本 恒善

◎ 入選作品

作業終え 笑顔のシルバー 家路つく

(社)倉吉市シルバー人材センター

金沢達三郎

無事故から 安全ゴール 銀の技

(社)倉吉市シルバー人材センター

進藤 伸五

ひとり一人の気配りで

今日も安全ありがとう

(社)倉吉市シルバー人材センター

広瀬 瑞恵

みたつもり 点検したつもりが

事故を呼ぶ

(社)南部広域シルバー人材センター

天野 展光

シルバーの やさしい気持ちで 安全就業

日南町シルバー人材センター

山浦 基治

◎佳作

ほほえみと 安全確認 身も軽く

日野町シルバー人材センター

川上 正治

安全就業に

いつも持ちたい 心のゆとり

(社)倉吉市シルバー人材センター

吉田 和子

人生も仕事もあわてず 安全に

(社)倉吉市シルバー人材センター

牧田 瑛子

安全作業で 良い仕事

皆んなで広げよう シルバーの輪

(社)南部広域シルバー人材センター

丸重 松子

声かけあって 心の安全 身の安全

(社)南部広域シルバー人材センター

遠藤 清子

賛助会員会議開催

連合会では、平成十五年十二月二十二日(月)倉吉市に於いて、県下連合会の賛助会員(市町村)の方々にお集まりいただき、シルバー事業の概要について説明、又、県下市町村合併に伴う拠点シルバー人材センターの統合に向けての現状、及びシルバー人材センターの補助金の状況等について説明し、質疑・応答を最後に閉会しました。

☆☆☆☆ 新規入会会員の紹介 ☆☆☆☆

正会員 気高町シルバー人材センター

理事長 地原 輝雄
発 足 平成15年7月10日
入会日 平成15年10月30日
会員数 28名(設立当初)
事務所 気高郡気高町大字浜村8-8
電 話 0857-82-3150



賛助会員 気高町

町 長 森山 鐵雄
入会日 平成15年10月28日
所在地 気高郡気高町大字浜村282-1
電 話 0857-82-0011

正会員 三朝町シルバー人材センター

理事長 西村 武津美
発 足 平成15年4月14日
入会日 平成15年12月8日
会員数 28名(設立当初)
事務所 東伯郡三朝町大瀬999-2
電 話 0858-43-3515



健康シリーズ⑨

高尿酸血症



山陰労災病院副院長
森田 積二

はじめに

近年、生活の西欧化（高脂肪食、車社会など）にともない生活習慣病が増えつづけており、一九九六年に厚生省（現 厚生労働省）は成人病という言葉を改めて生活習慣病と制定し、その対策をすすめています。生活習慣病はライフスタイルによって起こるがん、脳卒中、心疾患、高血圧、糖尿病、高脂血症、そして高尿酸血症・痛風などです。

人間ドックや検診を受けた時、「尿酸が高いですね」と指摘される方は意外に多く、近年その頻度は増えています。

尿酸とはなにか、高尿酸血症の起こるメカニズム、高尿酸血症は何如治療しなくてはならないのか、痛風とその対策、治療法と日常

生活の注意（特にアルコールについて）を述べます。

尿酸とは

尿酸は蛋白が分解される際にできるプリン体（核酸の構成成分の一つ）の最終代謝産物である。即ち、蛋白代謝の老廃物であり、体内に貯まると種々の障害が生じます。

高尿酸血症とは

血中に尿酸が増えると、高尿酸血症といえます。正常値は血液一〇〇ミリリットル中に七ミリグラム以下ですので、七ミリグラムをこえると高尿酸血症と診断します。尿酸は腎臓の糸球体から濾過されたのち、大部分は尿管で再吸収され、残りが尿中に排泄されます。

高尿酸血症は体内における生成亢進（主に肝臓で産出される）と、腎臓からの排泄低下に起因します。体外から取りこまれる場合は主として肉類によってとりこまれた核酸が分解されて尿酸を生じます。

尿酸値が高くなると、痛風発作が起きたり、

腎結石を生じたり、腎障害が発生します。しかし最も恐ろしいことは高尿酸血症自体が動脈硬化の単独危険因子であり、症状がないのに血管の老行、腎不全が進行することです。また尿酸値の高い人は生活習慣病の合併が多く認められます（藤森新報告）。

痛風患者の死因について、一九八二年はあまり高尿酸血症の治療をしなかった時代では尿毒症が死因のトップですが、最近では治療する人も増え一九九四年では心筋梗塞がトップです（加賀美年秀報告）。

つまり高尿酸血症に合併する生活習慣病による動脈硬化が原因で亡くなる人が多いということであり、ここに高尿酸血症の治療の大切さがあります。

高尿酸血症はどうして起こるのか

高尿酸血症は遺伝的背景が深く関与していますが、肥満、アルコール摂取、プリン体を多く含む食品との環境因子も多大な影響を与えます。即ちライフスタイルの改善により予防可能な「ぜいたく病」です。

痛 風

痛風の原因は高尿酸血症であります。関節内あるいは関節周囲組織に結晶が蓄積することによって発病します。

原発性痛風では尿酸の排泄低下型が最も多く、そのほかに産生過剰型、混合型もあります。

痛風発作（初発の急性関節炎は殆ど足の拇指の付け根の関節に起きる）は尿酸値の変動（特に尿酸値が下がる時）が一番関与すると言われ、発作が起こった時にはコルヒチンが特効薬です。

消炎鎮痛剤を使用し、高尿酸血症に対する治療も行います。

高尿酸血症の治療と日常生活の注意

肥満防止とバランスの良い食事、特にアルコール制限が最も重要です。

食事としてはプリン体を多く含む食品はさけることです。プリン体を多く含む食品：レバー、牛肉、カツオ、マグロなど プリン体を殆ど含まない食品：乳製品、野菜、穀物、海藻など 特に海藻は尿のPHを酸性からア

ルカリ性側に傾けるので尿酸排泄を促すおすめの食品です。

治療薬としては尿酸排泄促進剤、産生抑制剤、尿のPHをアルカリ性にして排泄しやすくする薬が使用されます。

アルコールと高尿酸血症

酒類に含まれるプリン体の量はビールが特に多く一〇〇ミリリットル中に五ミリグラムでビール一リットル飲むと直後には、血中尿酸値が約血液一〇〇ミリリットル中に一ミリグラム増えます。

ウイスキーやワインにはプリン体は殆ど含まれていません。

清酒には一〇〇ミリリットル中に一〜二ミリグラムです。飲みすぎによって乳酸アシドーシス（尿のPHが酸性になる）となり、尿酸排泄が低下します。

ウイスキーならダブル一杯、清酒であれば一合程度までが尿酸代謝に影響しない適量です。酒は楽しく適量に。

ま と め

中高年者の健康保持増進にとって食事、運動、休養が三原則ですが、生活習慣病の予防の観点から肥満の防止、高尿酸血症の予防と治療は重要です。



平成15年度SP事業の実施状況

シニアワークプログラム事業は、平成10年度から全国都道府県シルバー人材センター連合会が、国からの委託事業として、高齢者の雇用・就業機会の確保を促進することを目的に、技能・介護講習を実施しております。

平成15年度鳥取県シルバー人材センター連合会は技能講習10回、介護講習7回実施しました。

技能講習第1種

講習名	実施場所	講習日程	講習日数	申込者	受講者	修了者
観光ガイド養成	倉吉会場	06.18～06.26	7日	24名	24名	21名
植栽管理	米子会場	06.23～07.01	7日	20名	20名	17名
パソコン（初級）	鳥取会場	07.07～07.11	5日	22名	20名	20名
パソコン（中級）	倉吉会場	07.23～07.31	7日	23名	20名	19名
パソコン（初級）	境港会場	08.04～08.08	5日	28名	20名	18名
塗装	倉吉会場	09.01～09.05	5日	20名	18名	18名
接客サービス	米子会場	09.08～09.12	5日	23名	18名	17名
パソコン（中級）	鳥取会場	10.02～10.10	7日	24名	20名	20名
オフィスクリーニング	米子会場	10.20～10.24	5日	19名	19名	17名
オフィスクリーニング	鳥取会場	11.10～11.14	5日	23名	20名	20名

介護講習第1種「3級課程」

講習名	実施地区	講習日程	講習日数	申込者	受講者	修了者
訪問介護員養成講座	鳥取会場	06.10～06.27	10日	19名	15名	13名
訪問介護員養成講座	米子会場	07.09～07.29	10日	43名	20名	20名
訪問介護員養成講座	境港会場	10.08～10.28	10日	24名	19名	19名

介護講習第1種「2級課程」

講習名	実施地区	講習日程	講習日数	申込者	受講者	修了者
訪問介護員養成講座	智頭会場	06.17～07.23	20日	19名	18名	18名
訪問介護員養成講座	鳥取会場	08.19～09.26	20日	20名	19名	18名
訪問介護員養成講座	倉吉会場	10.01～11.07	20日	15名	14名	14名
訪問介護員養成講座	米子会場	11.06～12.12	20日	35名	20名	17名



（S P 事業）

技能講習修了者の合同面接会の実施

今年度のオフィスクリーニング講習の修了者及び公共職業安定所の高齢求職者を対象として、合同面接会を2会場で実施した。

合同面接会は、公共職業安定所との共催及び（社）鳥取県ビルメンテナンス協会の協力により、西部地区（平成十五年十月三十日）、東部地区（平成十五年十一月十九日）で開催し、十五名の求人に対し五十四名の求職者の参加があり、面接の結果、十一月末現在五名の採用となりました。

なお、他の技能講習修了者に対しては、各安定所主催の高齢者合同面接会等に参加する様に案内しております。



広域法人シルバー人材センターの誕生

かねてより、羽合町シルバー人材センターと東郷町シルバー人材センターは広域合併に向けて精力的に努力をされ、ようやく知事の許可が出され平成十六年から広域の法人シルバー人材センターとして活動されることになりました。

名称 社団法人湯梨浜広域

シルバー人材センター

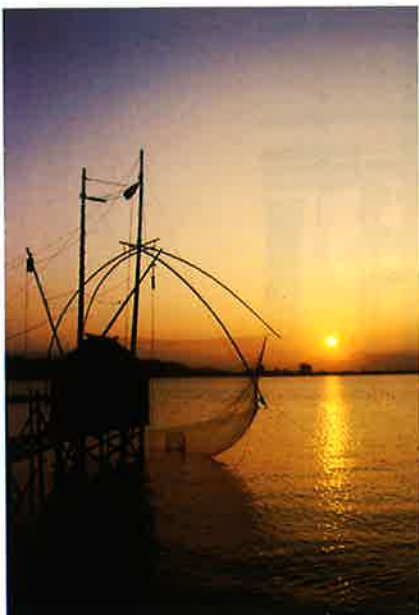
理事長 磯江末夫

事務所 東伯郡羽合町上浅津一二三一二

電話 085813514130

設立許可年月日

平成十五年十二月二十六日



シルバー人材センターの紹介

(社)岩美町シルバー人材センター

事務局長 佐々木 雅人

岩美町は、鳥取県の最東北端に位置し、東は兵庫県に、西は福部村、南は国府町に接し、北は日本海に面しています。

町の中央を蒲生川が「国定公園」に指定されている扇ノ山から十五キロメートルにわたって日本海に注いでいます。昭和二十九年に九カ町村が合併し、総面積およそ百二十二キロ平方メートル、人口およそ一万四千人の町です。

日本海に面する東西およそ十五キロメートルのリアス式海岸を総称して「浦富海岸」とよんでおり「山陰海岸国立公園」に指定されています。唐川湿原には、天然記念物のカキツバタが見事な紫色の花を咲かせ、「湯かむり」で有名な岩井温泉は、蒲生川沿いに古くから開けた温泉で木造旅館が並ぶ温泉街はしっかりととした風情があります。このように岩美町は「海と山と温泉」と豊かな自然に恵まれ

た町です。

一、センターの状況と課題

岩美町シルバー人材センターは、平成九年七月一日に小規模センターとして設立され、平成十四年十一月二十二日に社団法人岩美町シルバー人材センターとして新しく設立されました。

会員も設立当初六十九名から百六十九名に、請負金額も当初約六百七十万円から十四年度は約二千二百九十万円と年々増加しています。高齢者の経験と技能でそれぞれの仕事に責任をもち、発注者からの信頼を大切に地域に密着した、シルバー人材センターにして行きたいと思えます。

また「自主、自立、共働、共助」の基本理念を理解し、自主運営活動の定着化を計り、人材の開拓によって会員の高齢化や、後継者の育成問題の打破に努め、会員の親睦を図る為の研修会、グループ活動の充実を深め、安



全就業の高揚のための講習会を実施する等、今後も会員相互の親睦と楽しい就労をめざして努力していきたいと思えます。

江府町シルバー人材センター

青砥 美智子

江府町は、鳥取県西部にそびえる秀峰大山南壁の麓に位置し、西部経済圏米子市へ二五キロ、日野郡での隣は日野町、溝口町、町の中心部に国道一八一号線、JR伯備線及び米子道がとおり、これに沿って日野川清流があり、豊かな自然に恵まれています。

人口四千人余、年齢構成も六五歳以上が千三百人余り、高齢化率は三四・二パーセントとなっております。

江府町シルバー人材センターは、平成九年四月に設立会員数四三名からスタートいたしました。

現在会員数も増え六五名となり、七年目を迎えようとしています。

受注件数、契約金額も年々増え、行政、民間、企業から暖かいご理解をいただいております。

就業内容は、草刈り、草取り、庭木剪定、障子張替え、筆耕、施設管理等、又、技能講習会も毎年やっております。講師として、米子シルバーさんにお世話になっております。

高齢者世帯の増加に伴い、町より「軽度生活援助事業」を受託し、まだ始めたばかりで

すが活動しつつあるところです。
会員に働くことの生きがい、健康、喜びと仲間と力を合わせて、家事労働の代替え力となって、地域のお役に立つことを会員共々がんばっております。



センターの独自事業

(社)鳥取市シルバー人材センター

独自事業

再生自転車販売事業

- ・ 事業開始 平成二年度
- ・ 鳥取市から譲渡を受けた放置自転車を会員の手により再生し、希望者に販売している。

再生に用いる自転車はすべて六ヶ月以上保管された自転車のため、さびや汚れがひどい状態だが、二名のボランティア会員の手により、タイヤ、スポーク、ブレーキの主要部分は特に入念な調整、交換がほどこされ、ピカピカに磨き上げられ、新品状態に仕上

事業実績表

	就業延人員	販売台数	契約額
13年度	190人	280台	1,607,700円
14年度	158人	232台	1,539,200円



げられる。

就業会員から

村上会員「部品を寄せ集めて作っているのですが、買われた自転車が整備不良のために事故を起こされたというようなことが無いよう、細心の注意を払って仕上げています。」

長谷高会員「交換部品が自転車によって様々で、なかなかうまく合わない事が多いのですが、ちょっとした加工を施して取り付けています。」

販売価格は一台五千円〜七千円

(社)倉吉市シルバー人材センター

竹炭・竹酢液で地域の健康づくり!

竹炭班 中野善隆

平成十一年度に独自事業奨励金により、倉吉市岩倉地区に、関係者のご協力のもと、(社)倉吉市シルバー人材センターとして初めての、そして、倉吉市内でも数少ない竹炭土窯第一号を完成し、このほど、懸案であった第一号窯より小さめの第二号竹炭窯が完成し、先般、窯詰し、現在は乾燥焚きを行っています。

初年度以降、この第一号窯で生産した竹炭を加工して、ビニール袋やネット袋に入れた商品作りを行っていましたが、平成十三年度からは、折からのシックハウス症候群という問題が新聞・テレビ等のマスコミで広く伝えられ、有害化学物質の除去や湿気調整作用の認識向上と相まって、市内のみならず周辺郡部において、新築家屋や中古家屋のリニューアル時に使用されるところが少しずつ増加しています。

また、平成十五年度からは、新しく農業用竹炭の生産・販売を始めており、ビニールハウス等の温室内の土質改良に役立っています。

このように、農業用・家屋用の多量が必要とする場合は第一号窯で、ビニール袋やネット袋に入れた飲料水等に使う硬炭は小ぶりの



第二号窯と使い分け、さらに、竹炭製造の効率化を図っていくこととして取り組んでいます。さらに、平成十二年度からは、竹炭製造時に発生する竹炭液の製造も行っており、この竹炭液は、入浴時に浴槽に入れることにより血行が良くなるとか、下水・トイレ・流し台などの消毒・殺菌・園芸野菜作りの害虫予防等々に効用があり、この販売にも力を注いでいるところです。

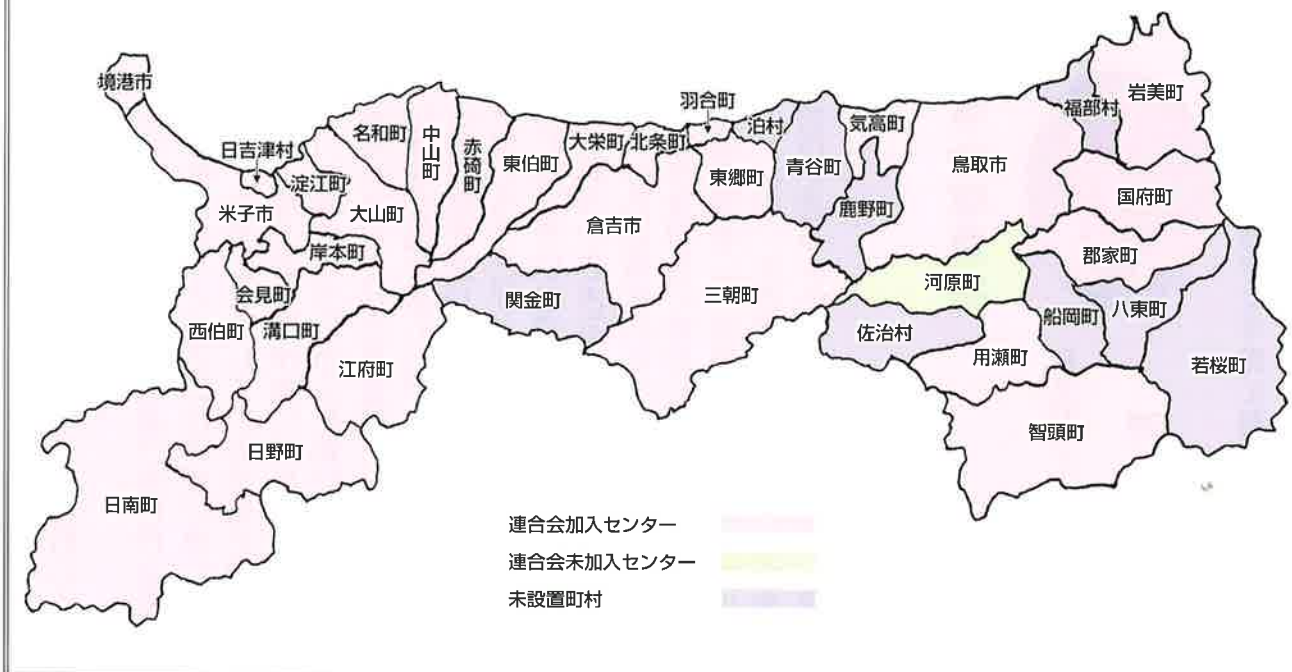
現在、来年度に向け、竹炭製造を希望する会員を対象に、講習会の希望調査を行っており、特に、冬場の屋外作業が少ない時期での独自事業として、今後増加するのであろう竹炭と竹酢液の需要に応えていきたいと頑張っています。

鳥取県内のシルバー人材センター設立状況

県内のシルバー人材センターの設立状況は、39市町村のうち平成15年10月末日現在で30市町村で設立され、9町村が未設置の状況であります。センター数は広域のシルバーが2団体あることから27団体であります。(下記設置図のとおり)

鳥取県シルバー人材センター設置図

(平成15年10月末日現在)



会員の広場

今こそシルバー人材センターを大切に



（社）湯梨浜広域シルバー人材センター

浦川 武男

平成十年六月羽合町シルバー人材センターが発足しました、早速入会させていただきました。私もおかげさまで七十の坂を越えてまいりました。この世に生まれてなにか幸福かと申しますと、まず健康が一番だと思えます。事実健康は全人類にとって、繁栄と幸福の基礎となる最重要事であります。その意味で過去、人類が健康を求めてあらゆる努力を積み重ねてきたことも充分理由があったことでもあります。ある時は霊的、精神的側面から、あるときは科学的、物質的側面からそれぞれより健康な心身をめざした追求がなされたのであります。そして今日ではそれからの両者が補い合い協力して、総合的見地から健康を損なう病気の解決をめざして動きの中心的役割を果たしているのは医学であることは申すまでもありません。ところが一方そのような医学の進歩にもかかわらず、病気自体はけっして減少することなく、むしろ増大すると思

ます。

以上人間が病気をするという事は真理に外れた点があるからであるから、では真理とは何かといえますと東から太陽が出て西に沈むということと、人間は生まれれば必ず死ぬという事も仏説でおしえられています。こんな分かり切った事を言わなければならぬ程人類の現状はでたらめになっているのです。

このような時こそ一層シルバー人材の役割は実に重大で真の幸福を可能にする社会を実現したい。

作業に参加して



（社）湯梨浜広域シルバー人材センター

会員 徳井 三岐子

わたしは定年退職をするまでにシルバー人材センターの活動について知っていたので東郷町にも早く設立してほしいと思っていたところ、平成十三年七月に東郷町シルバー人材センターが設立し早速会員登録をしました。

定年退職までの経験を生かし事務系の作業に登録していましたが、事務局の方から役場から依頼された除草・清掃作業で観光に訪れた方が気持ちよく利用出来るように整備する作業に誘われ、経験はありませんでしたが作業に参加してみました。

はじめは多くの草木が生い茂り、ゴミが山のようになっていて観光地にふさわしくない景観が広がっていました。

トラックに何十杯もの運び出しが必要なので十分な作業ができるのか不安に感じていましたが、作業に参加している会員で知恵をだしあい、協力をして作業に努め、うっそうとしていた草木やゴミの山を運び出し、東郷湖が見渡せることが出来見晴らしもよくなり美しい景観になりました。

この作業を通じて、仕事を勤め上げた充実感を味わうことができ、会員同士で作業のやり方の話し合いを通じて仲間の輪も広がり楽しみをもつてできる仕事だと感じました。

これからも積極的にシルバー人材センターの作業や講習会に参加して、障子張りなどの技術の習得をし、会員同士の情報交換の場を広げていき、生き甲斐がもてる、社会参加の機会ができるよう参加して行きたいと思います。

私の健康法



日南町シルバー人材センター

荒金 文雄

終戦後、農家は牛馬に替って耕耘機使用の時代になりました。自分の家でも耕耘機を

講習会に参加して

塗装講習会に参加して

(倉吉会場)



倉吉市

杉原 明美

日頃からペンキを塗る事が好きで、講習会があると聞き参加しました。

一日目は座学、後は木と鉄の塗装です。

二日目からは、準備して頂いた本箱をサンドペーパーで研磨し、木ねじの目止め、下塗り、その都度ペーパーで研磨して、やっと本塗りになります。

鉄の場合もハンマー、マジックロン、ワイヤーブラシを使つてのサビ落とし、サビ止め、サビで欠けた部分を補修し、更に全体にサビ止めを塗る。どの工程の後にも研磨し綺麗な面にします。

講師の方が、座学で女性の化粧に例えて、下地調整がいかに重要か説明されていました。塗ればよいと簡単に考えていたので、作業工程の多さ、その大部分が下地の準備なのは驚きました。

刷毛の持ち方、色合わせ、材料の含ませ方、刷毛の運び方、座学と違い実践となるとなかなか思つように手が動かず、講師の理になつ

た刷毛の運び方に、納得したり、やはりプロの技と感心したりでしたが、講師の方々の前もつての会場の準備、熱心な指導に、皆一様に汗の吹きだすのも構わず真剣そのものでした。

鉄の本塗りの最終日には、刷毛さばきもスムーズに運ぶ人も多く、何よりも見違える程綺麗に再生されるのも感動でした。

汗とシンナーの匂いの中での講習でしたが、多くの事を学んだ五日間でした。

これからの時代、家庭内あるいは、外で役立たせるにしろ、働く意欲と技術の啓蒙が必要と思つていたので、今後は家庭内外で自身の出来る事にチャレンジしようと思ひます。本当によい機会を与えて頂き有り難うございました。

パソコン(中級)講習会に参加して

(鳥取会場)



鳥取市

竹内 智津子

入会して間無しに、初級パソコン講習が有ると聞き、早速に申込みさせていただきました。かねがね習いたいと思つていたので、まさに、ラッキー……って感じて飛びつきました。

幸いにも、其の後何回かの講習に参加でき

購入しました。便利効率がいいが初めての使用で体に大きな負担が掛かり緊張の余り腰、肩、首等痛みを感じ動くことも出来ない状態が続きました。幸い同級生で鍼灸師が居られ毎日二回治療に行きました。ある時彼がそんなに毎日何回も治療しても早く治るもんじゃないと云う、私も開き直りどうすればいいかと聞きました。彼は毎日少しずつでも自分の体調に合った体操をせよと言いました。「よし」これから体操をしよう、そこから私の人生観が変わりました。その時より今日まで四十五年間、今ではテレビと共に十分間位体操をしています。その間職業訓練校に行き、建築科を修了し建築の仕事をしています。四十五年間一度も腰、肩、首等痛みを感じたことはありません。こんな事を言つと大方の方々嘘もい加減に言えとお叱りを受けると思いますが本当です。仕事が本当に楽しく皆様によるこんでもらっています。今朝も体操しました。気持ちいいです。

私は七十七才です。下手ながら歌も好きです。息を腹一杯吸い大きな声で歌つと気持ちがいいです。

同級生の鍼灸師は十年前他界されお墓も近くにありますが折りをみて花を立て在りし日を偲び語りかけております。 合掌

ました。

同じ事を何度聞いても覚えられない自分に、腹を立てながらではあります、何とか今回の中級クラス講習会に参加させて貰えるに至りました。

七日間。一日中の講習は、久しぶりでしたが、嬉しい気持ち一杯で通いました。有難い事に、お天気にも恵まれ、講師の方の優しさに支えられた事も有り、無事終了する事ができました。

流石に、慣れ無い事なので、脳はもとより身体も疲れましたが、パソコンを少し身近な物に感じられるように成った喜びで疲れも吹っ飛ばす思いでした。

帰宅後も、指使いの練習をして一日が終わる。そんな七日間でした。

受講後「一日一日は必ずパソコンに触れる事」この事を自分自身との約束として、日々精進に勤めています。

「パソコンって本当に楽しいおもちゃ箱の様なもの」・そんな気持ちにさせてくれた講習会に感謝の気持ちで一杯です。

パソコンは知れば知る程に楽しさが増し、驚く事ばかりでした。感謝する心が鈍くなっているこの頃、久々に「感動をありがとう」ってところでしょうか。

この度、公民館でホームページ立ち上げの為、パソコン同好会を発足させる事になりました、勿論私も申し込みをさせて頂きました。また新しい夢の小窓を開けた、そんな期待

に胸膨らむ思いです。

これもみんな、パソコン講習に参加出来たからこそと、改めて感謝する次第です。お世話になりました。



米子市

田中君江

接客サービス講習会を受講して

(米子会場)

十五年度接客サービス講習会が開かれるというところで、仕事を辞めた事もあり、希望したところ、運よく受講できるようになりました。

第一日目、挨拶で感じの良い挨拶のポイント、言葉の大切さ、聞く人によっては否定、肯定、両方とれるいい方、あらためて伝える事のむずかしさを感じました。

二日目はインターネット、パソコン基本操作、文字の位置が解らず右往左往、英字で探しても頭が居眠りしているのか焦ってばかり、指もなかなか動かさず、やっと文字の場所が覚えられ、ポツン、ポツンと打てるようになりましたが、一日では難しい講義でした。

三日目、サービスする心、挨拶とおなじですが、気持ちのよい伝え方を大切にすることを再度学びました。

先生がいわれた心に残る言葉として「妬み

の中で育った子は人を疑う、励ましの中で育った子は自信を持つ、ほめられておおきくなった子はいつも感謝の念を持つ、公明正大な家庭で大きくなった子は正義感を持つ、人々の愛の中で育った子は人を愛する」。

子供を育てるのに、何か一本筋が違っていると感じるこの頃、これらの言葉は声を大にして皆様に伝えたいと思いました。

四日目、購買心理の七段階でお客様の心理をつかむコツを習いました。

五日目、山陰名物の由来とサービスで、米子の人より松江の人は食文化に対して力を入れていると、食に対する考えの違いがよく解りました。

この五日間で接客の仕方、言葉使いには注意しなくてはと、より深く考えさせられました。

シルバー会員の皆様、時間がありませんでした。

最後にありがとうございました、講習会のお世話をしてくださった皆様に感謝しますと共に、ありがとうございました。

介護講習に参加して

(鳥取会場)



鳥取市

森綱千鶴

今年六月介護ヘルパー三級を修了し、続けて八月に二級の講習に参加させて頂きました。講義の内容は「福祉の倫理・医学の基礎知識・障害者の心理理解」とそれぞれの分野での専門的なお話や実話をまじえながらの講義でした。

技術指導は北アィサービスにて「体位移動・シーツ交換・洗髪・車椅子歩行介助等」覚える事が多く自分の能力以上にフル回転させ、勉強、実施訓練とがんばりました。

施設訪問二日目「いなば幸朋苑」では沢山の人に出会い、実習しながら学んだことは、
○ 利用者に対する思いやりの気持を忘れないこと、何をするのでも常に利用者の立場に立って行動をする。

○ 利用者には不安を与えないこと、介助するには確かな介助技術や知識をしっかり身につけなければ利用者の方に不安が生じ、事故も起き危険である。

○ 利用者のペースに合わせることで、たとえば、お食事の時など体の不自由な方に、つい手助けをしてしまうその行為は、必ずしもその方にとっては良い好意でなく、それぞれの能力を生かせるよう見守ってゆく心が大切である。

私は、お手伝いさせていただきながら身にしみて感じました。

有意義な二日間でした。

又ヘルパーさんの同行訪問は、利用者の方がとても私達を心まちにしておられ、限ら

れた時間内でテキパキと掃除、洗濯、食事等その日の作業を効率よくこなされ、余った時間は利用者の方とのコミュニケーションをとり、時間いっぱいお話しされている姿を見て、とても感動しました。

「気くばり、目くばり、心くばり」朝礼で唱和されておられた言葉を大切にして、今後もある機会がありましたら、ぜひ介護のお手伝いをさせて頂きたいと思っております。最後になりましたが、講習会のお世話をし下さった連合会の皆様に感謝します。
本当にありがとうございました。

オフィスクリーニング講習を受講して

(米子会場)



米子市

織田輝久

オフィスクリーニングの講習会があると聞き、即受講することにしました。

講習は、五日間の日程で行われ、一日目は座学でビル環境衛生と清掃・作業従事者の心得・洗剤の種類とその使用方法・機械器具の取扱い・ビル清掃の基本作業等の講義がありました。

二日目からは実技があり、ほうき・タオル・モップ・掃除機の使い方・窓ガラスの清掃・カーペットの清掃(シミ取り)等の実技講習

を受けました。

特に掃除機の使い方について、手前に引くときは、吸い込み口(ノズル)の手前を心持ち浮かせ、前方に押す時は、ノズルの前方を心持ち浮かせると作業がし易くて吸引力もアップすることでした。

今まで、吸い込み口(ノズル)を床(畳)面に密着させるよう強くおしつけていたために動きが悪く、吸い込みも悪くて、掃除機にかなりの負担をかけていたこと、大変勉強になりました。

三日目は、ビル清掃の基本であるポリシャーとバキュームの実技でした。特にポリシャーの操作はかなりむずかしくて受講生は苦戦しました。

四・五日目は、弾性床材の表面作業実技でした。最初に講師の方が模範作業をされ、次に、受講生は一班から三班(各班六名)に別かれてオフィスの清掃作業を行いました。

作業は、共同作業なので、チームワークが大切であり、かつ、迅速に作業を進めるために誰が何をするか打ち合せをして、その都度交代しながら楽しく作業をしました。

ひとつのオフィスをきれいに完成させた満足(喜び)がありました。

この五日間、いろいろ学び大変勉強になりました。講習会のお世話をしただけでなく皆様方、又講師の方にお礼申しあげます。有難うございました。

(社)鳥取県シルバー人材センター連合会正会員

名 称	〒	所 在 地	電 話	FAX	代表者
(社)鳥取市シルバー人材センター	680-0823	鳥取市幸町73	0857-22-0050	0857-22-0051	歳岡輝巳
(社)米子広域シルバー人材センター	683-0811	米子市錦町1-110	0859-32-2633	0859-32-5823	川口貞良
(社)倉吉市シルバー人材センター	682-0864	倉吉市鍛冶町1-2971-2	0858-22-0870	0858-23-6101	福井春光
(社)境港市シルバー人材センター	684-0043	境港市竹内町40	0859-45-6661	0859-45-6583	足立郁馬
(社)南部広域シルバー人材センター	683-0351	西伯郡西伯町法勝寺170	0859-66-4011	0859-66-5330	中川正昭
(社)智頭町シルバー人材センター	689-1402	八頭郡智頭町智頭1795-1	0858-75-0170	0858-75-2366	石谷文一
(社)岩美町シルバー人材センター	681-0003	岩美郡岩美町浦富1041-1	0857-72-2511	0857-72-2511	太田弘道
(社)湯梨浜広域シルバー人材センター	682-0712	東伯郡羽合町上浅津123-2	0858-35-4130	0858-35-4130	磯江末夫
用瀬町シルバー人材センター	689-1211	八頭郡用瀬町別府96-2	0858-87-2302	0858-87-2369	森 重市
淀江町シルバー人材センター	689-3402	西伯郡淀江町淀江676-2	0859-56-6200	0859-56-6205	高野邦親
北条町シルバー人材センター	689-2103	東伯郡北条町田井46-2	0858-36-4527	0858-36-5056	山本義憲
中山町シルバー人材センター	689-3111	西伯郡中山町赤坂766-1	0858-49-3012	0858-49-3013	明里好弘
郡家町シルバー人材センター	680-0463	八頭郡郡家町宮谷254-1	0858-72-0021	0858-72-2793	有田 益
国府町シルバー人材センター	680-0142	岩美郡国府町麻生4-2	0857-22-1880	0857-22-1889	山吹栄市
江府町シルバー人材センター	689-4403	日野郡江府町久連7-1	0859-75-2942	0859-75-3900	仲嶋勝利
東伯町シルバー人材センター	689-2352	東伯郡東伯町浦安152-3	0858-52-1001	0858-52-1001	米田義人
大栄町シルバー人材センター	689-2205	東伯郡大栄町瀬戸36-2	0858-37-4522	0858-37-4532	竹歳邦安
赤碕町シルバー人材センター	689-2501	東伯郡赤碕町赤碕1113-2	0858-55-7633	0858-55-1137	足立慎夫
日野町シルバー人材センター	689-5131	日野郡日野町黒坂1247-1	0859-74-0338	0859-74-0338	谷本忠光
日南町シルバー人材センター	689-5211	日野郡日南町生山357	0859-82-0223	0859-82-1027	青戸建一郎
大山町高齢者能力活用人材センター	689-3332	西伯郡大山町末長269-1	0859-53-4787	0859-53-4787	森田 潔
名和町シルバー人材センター	689-3211	西伯郡名和町御来屋467	0859-54-6077	0859-54-6077	湊 勝利
溝口町シルバー人材センター	689-4233	日野郡溝口町二部2825	0859-63-0495	0859-63-0496	木村 治
気高町シルバー人材センター	689-0331	気高郡気高町浜村8-8	0857-82-3150	0857-82-3171	地原輝雄
三朝町シルバー人材センター	682-0121	東伯郡三朝町大瀬999-2	0858-43-3515	0858-43-0647	西村武津美

お 願 い

・投稿募集

俳句、短歌、川柳、会員の声

俳句、短歌、川柳は二句(首)まで

投稿ご希望の方は左記までご連絡をお願いいたします。

米子市角盤町一丁目七六

(社)鳥取県シルバー人材センター連合会

郵便番号 六八三〇八二一

電話番号 (〇八五九) 三七二五二一

FAX番号 (〇八五九) 三七二五二七

あ と が き

今回も、関係各位の御協力のお陰で第十号が発行できました。ご寄稿いただいた皆様から御礼申し上げます。これからも紙面の充実に努めてまいりますので、一層の御協力ご愛読いただきますようお願い申し上げます。

会報 鳥 取 第10号
平成16年1月1日 発行

発行：社団法人 鳥取県シルバー人材センター連合会
所在地：〒683-0812 鳥取県米子市角盤町1丁目76番地
電話：0859-37-2531
FAX：0859-37-2537

印刷：(有)ニシキ印刷
鳥取県米子市灘町3-150
電話：0859-32-2250