



# 辰年さん いらっしやい

辰年生まれの会員の方に

- ①令和6年の抱負
  - ②趣味・特技・楽しみ
  - ③日ごろから健康に気を付けていること
- などを書いていただきました。

香住地域 小川 幸子

人生百年時代をむかえ、多くの人たちが歩く姿をよく見かけるようになっています。私も健康保持のために色々動いています。元気体操にノルディックウォーキングやシルバーコーラスと何年も続けています。いつも楽しく今なお続けていきます。

シルバー人材センターの仕事も頑張っていきたいと思っています。



小代地域 瓜ヶ平 和美

今年、六度目の辰年を迎えた春。抱負はやはり健康であること。健康は心身共に良好な状態であり、健康であつてこそ、幸せを感じるものだと考える。趣味は、ゴルフでそこそこ。楽しみは、孫の喜ぶ顔を見たい為、色々な野菜を作り送ること。

健康の為として、体力作りのウォーキングと脳の活性化としてパズルへの挑戦。そして、妻とのドライブでコミュニケーションを図ることである。

温泉地域 玉川 久子

皆様、明けましておめでとございます。今年も健康で過ごす事、これが第一の願いです。現在パートで、夫は朝、私は夜と同じ職場に勤めて二年になります。情報共有して、ストレスを笑いに変えています。

毎週の百歳体操やストレッチポールで、コリをほぐし体幹を意識した生活を心掛けています。子供達とは皆離れているので、毎朝ラインで歩数を報告しあいます。出かける生活はリズムのある健康生活、継続し続けたいと思います。

## 兵シ協

### 事業推進大会会長表彰

十月二十日(金) 兵庫県シルバー人材センター協会主催の事業推進大会が、神戸新聞松方ホールで開催され表彰式が行われました。

受賞された皆様おめでとうございます。これからもご健康で一層のご活躍をお願いいたします。

#### 【会員表彰十五年】

川嶋 博行 (香住地域)  
川本 ゆきえ (香住地域)  
黒田 一 (村岡地域)

#### 【職員表彰二十五年】

井上 福美

#### 【事故ゼロ運動 特別優秀賞】

(公社) 美方郡広域シルバー人材センター





# 会員親睦旅行

十一月七日(火)、五十三名の参加で丹波・丹波篠山方面へ行きまし  
た。お昼はささやま玉水で美味いご飯  
をいただきました。高源寺、篠山城大書院、歴史  
美術館を回り、お買物も楽しみました。  
参加者のお便りを紹介します。

「大爆笑の親睦旅行」  
香住地域 西根 成治

旅行中、皆が大笑いしたのは、歴史美  
術館の中の篠山裁判所法廷で行った模  
擬裁判でした。小谷裁判長が犯人役の今  
さん、傍聴していた会員「駒居です」と答  
え、傍聴していた会員「その後も何度  
も大笑い、裁判長の判決は『無罪』とな  
り、今井さんは無事に釈放されました。  
こんな楽しい旅行に来年も一人でも多  
く参加される事を願っています。

「日帰り親睦旅行に参加して」  
香住地域 小西 正則

十一月七日当日天気は良く丹波・篠山  
方面へ一日楽しもうと参加しました。最  
初に拝観した高源寺、菅原道真公を祭り  
し、有り急な石段を上がれる歳まで  
にも一度参拝したいと思うお寺は  
大書院や歴史美術館の見学、ここは  
二十三年の歴史を審判の学、地方裁判  
所の疑念は土産物を持ち帰りました。  
当日の疑似裁判は楽しい体験が出来  
ました。会員の皆さん、お疲れ様で  
した。



# 家事援助スタッフ研修会

- 11月8日(水) 新温泉町町民セン
- ター、15日(水) 新温泉町すこやか〜に
- から、両日とも午前10時から2時間の研修
- を行いました。今回は会員6名の参加があり、
- 就業会員のスキルアップを含めて研修をしてい
- ました。



# 自動車運転講習会



- 業務で自動車運転されている会員
- 対象に10月24日(火) 26日(木)の
- 2日に分けて、8名の参加で実施しました。
- 「安全な速度。車間距離が合っているか。急
- に止まれるか。」をテーマに運転し、自分の運
- 転の確認をしディスカッションしました。注意
- 点を意識し、再度コースへ出て運転しました。



# 地域の方々と交流しました

# しめ縄作り講習会

十二月四日(月) 会員の小西正則さん  
を講師に、九名の参加でしめ縄講習会を  
行いました。午前初級者、午後上級者を対象  
に講師の先生からのお便りです。

「しめ縄作り講習会に参加して」  
講師 香住地域 小西 正則

なる時に入り正月に飾り  
せめて自宅に飾り  
くも平だ。右に飾り  
間が過ぎれば、左に飾り  
来上った。昔よりその葛藤  
学んだ事は基本、この挑  
る色んな事はしめ縄作り  
います。



しめ縄作り講習会



寄せ植え会

# 寄せ植え会

十二月六日(水) 会員の  
村岡正和(水) 先生の指導  
で、寄せ植え会を開催し  
ました。参加者は、バラン  
スを見て、寄せ植えの葉  
いばたなど、バランを見て  
いばたなど、バランを見て  
で良い参加者から「玄關に飾ろうと思っ