



第60号
 発行 平成 23 年 10 月
 公益社団法人
 東大阪市シルバー人材センター
 会報編集委員会
 〒577-0809
 東大阪市永和1丁目15番2号
 06(6224)2408
 FAX06(6224)2409
 E-mail higasic@ninus.ocn.ne.jp
 ホームページ <http://www4.ocn.ne.jp/higasic/>



バラ「プリンセス・オブ・ウェールズ」(会員親睦旅行において撮影)

目次

大阪商業大学豊山ゼミ中間報告	2
安全のページ	5
シルバーフェスティバル	6
会員親睦旅行	6
健康コラム	7
わが町のいわれ	8
木工班よりのお知らせ	9
文芸欄(私の作品集)	9
同好会の案内	10
英会話・パソコン・書道・民謡	
カラオケ・手芸・手描き友禅	
囲碁・歩こう会	
マンガ「シルバのまさやん」	
事務局だより	12
未就業会員の就業相談	
会員入会説明会	
編集後記	

こんにちは

大阪商大豊山ゼミです!

昨年から「フィールドワークによる高齢者の就業支援」というテーマのもとに、東大阪市シルバー人材センターの活動を研究課題として取り上げている、大阪商業大学豊山ゼミの皆さんによる、一年間の研究成果の中間発表が、7月7日に当センターでおこなわれました。

当日はAチームからFチームまでの6チームが、それぞれのテーマに基づき、色々な研究結果を発表・提言し、当センター事務局からコメント(アドバース)を受けました。

今後さらなる研究を重ね、若い力による柔軟な発想で、当センターの発展に寄与してもらえるものと確信しています。



ゼミナールからの中間報告(全文)

こんにちは。私たちは大阪商業大学豊山ゼミナールです。2010年度から大学の学外活動として東大阪市シルバー人材センターにお世話になっています。この度「燻」に私たちの記事を載せてもらえることになりました。豊山ゼミの活動を少しでも知ってもらえたらなと思います。今回、お話しするのは2011年7月7日に行われた中間報告会と、ここ最近の取り組みです。

私たち豊山ゼミは「フィールドワークによる高齢者の就業支援」というテーマのもと活動しております。少しでもセンターの皆さんや会員の皆さん力になれるよう企画を私たちで考え、7月7日に発表しセンターの方と意見交換をしました。

私たち豊山ゼミには3回生16名、2回生7名所属しておりA、Fの6チームに分かれています。主に広報活動、会員・発注者の獲得の課題に取り組んでいます。この報告会で提言した内容は、Aチームが「ふれあい祭りについて」「大阪商業大学の学祭への参加」、Bチームが「燻」のレイアウトにつ

いて「HPのリニューアル」、Cチームが「うちわ、ティッシュの配布によるPR活動」「会員による独自事業の発足」、Dチームが「入会説明会のビデオの改善」、EとFチームが「一般家庭向けのパンフレットの配布」「公共の仕事の受注増加」です。

報告会で発表する企画をより良いものにするため私たちは、さまざまなお話に取り組んできました。まず2010年度にゼミが発足したときから毎月第2・4火曜日に行っている入会説明会・講習会のお手伝いです。私たちは、センターについて何も知りませんでしたので少しでも理解できるように毎回3〜5名で欠かさず参加させてもらっています。継続することは力になるもので、この活動によって私たちには多くの能力(挨拶、高齢者就業への理解など)が蓄積されつつあります。

5月8日には、Aチームを中心に今年の東大阪市民ふれあい祭りに参加しました。豊山ゼミでオリジナルのPR看板を作り広報活動を行いました。看板作りは授業のない合間があれば皆で集まり制作に励みました。これまで通常総会のお手伝いなどセンター外でも

活動を行ってきましたが、ゼミ独自でイベント企画をやるのは初めてだったのでとても良い経験になりました。

そのほか6月2日は堺市、6月9日は西宮市、16日は泉佐野市のセンターにヒアリングに行きました。他のセンターのことを知って少しでも東大阪市に活かせたらとの思いからです。中間報告会直前には良い提案ができるように各チームで頻繁に集まり、企画していききました。しかし、なかなか決まらずドタバタしてしまいましたが(苦笑)。発表は初めてのことでではないのですが、難しいものです。

このような準備のもとに7月7日に中間報告会を行ったわけです。各班15分間プレゼンをし、6チーム全て発表終了した後にセンターの方から講評をいただきました。3回生は、報告会は今回で3回目になりますが、2回生は初めてでした。緊張するかと思いきや意外と堂々としていました。賛同してもらえた提案は、『燻』のレイアウト、HPのリニューアル、入会説明会のビデオの改善でした。他に興味をもってもらったのは、大阪商業大学の学祭「御厨祭」への参加によるPR活動、

会員獲得用のパンフレットの作成・配布、一般家庭向けのパンフレットの配布でした。今後は今回提案したものを実行できるように頑張っていきたいと思います。ご指導のほどよろしくお願いいたします。



「発注者獲得のための提言」

豊山ゼミE&Fチーム

●アンケートの結果

- 問1 あなたの所属は
 - 1 一般家庭 56.2%
 - 2 製造業 9.7%
 - 3 卸売り・小売・飲食業 7.3%
 - 4 公共サービス業 2.0%
- 問2 あなたはシルバー人材センターのことを何で知りましたか
 - 1 友人・知人・家族 32.6%
 - 2 市政だより・ミニコミ紙 24.8%
- 問3 シルバー人材センターに特に期待するのはどれですか
 - 1 無回答 32.2%
 - 2 すぐに対応(紹介)して欲しい 24.2%
 - 3 希望通りの人材が欲しい 16.7%
- 問4 今後、シルバー人材センターに新たに取り扱って欲しい仕事はありますか
 - 1 特に無い 28.7%



- 2 日曜大工・水漏れ等の簡単な修繕 25・7%
- 3 無回答 18・0%
- 4 技術・知能を活かせる分野 9・4%

★提 言★

アンケートを再度実施

発注者を増やしていくには、発注者の方がシルバー人材センターに対してどのように思っているか知らなくてはいけない。

さらに、民間の仕事がどのくらい減っているかを、過去のデータと比較するために、再度アンケートを実施する。

「入会説明会の改善」

豊山ゼミDチーム

◎アンケートの結果

- 問1 入会説明会の長さは
 - 1 長い 1%
 - 2 やや長い 6%
 - 3 普通 92%
 - 4 やや短い 1%
- 問2 声は聞きとりやすかったですか
 - 1 聞きとりやすい 57%
 - 2 やや聞きとりやすい 6%
 - 3 普通 32%
 - 4 やや聞きとりにくい 5%
- 問3 スライドは見やすかったですか
 - 1 見やすい 62%
 - 2 やや見やすい 9%
 - 3 普通 27%
 - 4 やや見にくい 2%
- 問4 内容に関してわかりにくい所は
 - 1 わかりにくい所は無かった 75%
 - 2 センター、会員、発注者の関係について 6%
 - 3 配分金について 8%
 - 4 損害保険について 4%

- 5 入会手続きについて 4%
- 6 その他 3%

★提 言★

1 入会説明の音声はずれないようにするために、パワーポイントにCDの音声を組み込んでしまおう。

2 仕事の内容をより詳しく知らせるために、ビデオなどを制作し見てもらう。

「広報活動案」

豊山ゼミBチーム

★提 言★

1 『燻』について
会報誌は広報の分野で働いていた人を会員の中から募集し、その人たちでつくる。

2 ホームページのリニューアルについて

- ① 仕事名や太字のところ等にリンク先をつくり、より具体的な内容をに入れる。
- ② 絵やグラフを取り入れ、より見やすくする。



「安全月間」終わる!

会員の安全就業の確保が最重要課題と認識し、7月1日～31日の安全月間期間中に、当センターでも安全委員を中心として精力的な取り組みを展開しました。

●「安全就業」の確保は、まず「健康が第一条件」、この夏の異常気象の環境下での「熱中症」対策を重要課題として七月号の燻にも注意と啓発のための記事掲載また会員への注意喚起の

ため、パンフレットを作成して配布し常に意識の高揚を願いました。

●安全意識の高揚と事故ゼロ実現に向け、現地・現場での安全パトロールを実施。

7月15日、31日に除草、剪定作業を中心に安全パトロールを実施しました。安全パトロールの結果、就業会員の安全に対する取り組み姿勢が再確認できました。



剪定作業



剪定作業



除草作業

●平成23年度大阪府シルバー人材センター協議会主催の安全就業大会が七月十二日ホテル：アウイーナ大阪で開催され、当センターからも三名の委員が参加し、事故ゼロを目指し努力していくことを、各シルバー人材センターの安全関係者全員と「安全の誓」を行いました。

シルバーフェスティバル 「作品展」を開催します

今年度の会員作品展は、シルバーフェスティバルとして、市役所本庁舎1階の多目的ホールにおいて11月1日(火)～2日(水)に開催します。

また、これまで同時に実施してきました「会員のつどい」は、公益法人への移行に伴い、今年度は開催しないことになりました。シルバーフェスティバルは事業部会が企画・運営を主催して、会員自ら作成の書道・絵画・写真・陶芸・木工・手芸・手描き友禅などの力作を展示します。

会員の、会員による、会員のための「シルバーフェスティバル」として開催しますので、多数の出品、ご来場をお待ちしています。

と き：11月1日(火)

午前9時～午後5時

11月2日(水)

午前9時～午後3時

ところ：東大阪市役所本庁舎1階

「多目的ホール」

作品搬入：10月11日(火)から21日(金)

までに、作品を直接センターに搬入してください。なお、作品には必ず作品名、作者名等を添付して下さい。

会員親睦バス旅行

「鳥取はわい温泉と 浦富海岸島巡り」

参加者を募集

恒例の、平成23年度「会員親睦旅行」は、総務部会において、アンケートの結果等により「1泊2日」の行程で、鳥取県・はわい温泉「千年亭」のカニ料理と決りました。

また、本年度から参加資格が、会員と会員の家族や友人も可能となりました。(未成年の方は参加できません)

申込の受付は、10月17日(月)午前9時から10月21日(金)午後5時までの間、センターにおいて、先着順にて、別紙、申込書により受付いたします。定員は44名です。定員が超えた場合は

は補欠となります。

なお、定員に達しない時は中止となる場合もあります。また、多数になれば、増車も考えております。奮って参加してください。

旅行日 平成23年11月29日(火)から30日(水)

参加費 一人 21,000円

行程等

11月29日(火)

集合 8時 市民会館(永和)

出発 8時30分

蒜山高原(昼食) ↓ 元師酒造見学 ↓ はわい温泉千年亭(16時頃着)

11月30日(水)

ホテル(9時出発) ↓ 白兔神社 ↓ 賀露港(海産物お買物) ↓ 浦富海岸島巡り ↓ 鳥取砂丘(昼食) ↓ とうふちくわの里 ↓ 市民会館(18時30分頃着解散)



質のよい眠りで、心とからだに休養を。



睡眠時間が短いから不眠というわけではありません。日中に眠くならず元気に活動できたら、短くても質のよい睡眠を取っている証拠です。年齢を重ねると、睡眠時間が短くなるのは普通のことです。

質のよい眠りのために

朝～午前中

- 毎日同じ時間に起床しましょう
- 朝、目覚めたら日光を浴びて、からだのリズムを整えましょう
- 朝ごはんを食べて、体に活動するぞのサインを送りましょう

午前～夕方

- 午後3時までに30分以内の昼寝を取りましょう
※長時間の昼寝はぼんやりするもと
※午後3時以降の昼寝は夜眠れなくなる原因に
- 夕方暗くなる前に軽い運動や体操を (下記参照)

夜～就寝前

- 夕食は、腹八分目を心がけましょう
- アルコールやカフェイン入りの飲み物は控えましょう
- 入浴は38～40度のぬるめのお湯にゆっくり浸かりましょう
- 眠くなったら寢床へ(眠ろうと意気込まない)
- 寢床であれこれ考えない(明日できること・明日でもいいことは考えない)



おすすめ体操



肩のこりほぐし(左右5～10回ずつ)

- 1 足を肩幅に開く
- 2 バスタオルの端と端を持ちばんざいするように頭の上に乗せてまっすぐ立つ (手はなるべく後ろに引き、肩甲骨を背骨に寄せるイメージ)
- 3 ②の姿勢でそのまま右に10秒たおし、左も10秒たおす



足の疲れほぐし(左右5～10回ずつ)

- 1 床に座って足を広げ、お尻の後ろに手をつく
- 2 足首からひざ、股関節まで全体をほぐすように外⇄内側にゆする

わが町のいわれ
シリーズ ⑮

玉串(櫛)

(この地域は、「花園津原班」「ふれあい花園班」「S玉串友の会班」です)

天平勝宝6年(754)8月、河内郡一帯に風雨が激しく、各地に被害が続発。其の時、櫛笥と橋を川上から流し、それが止まった処に神を祀れば水難が治まり、民は安穩になるだろうという神託があった。そこで大和と河内の国境から櫛笥と橋を流したところ、櫛笥がこの地に止まったので神を祀った。これが玉櫛明神(現在の津原神社)であり、この地を玉櫛と呼び、流れた川を玉櫛川と呼ぶようになったということが平野区の若宮八幡宮の縁起に記されています。

津原神社の名は、近くに船着場(津)があったことから名づけられたそうです。

太古、この地方に区賊が跋扈し、天玉櫛彦之命がこれを鎮圧した功により命の所領となった。逐年、摂関家の管理する荘園であったが、永承7年(1052)宇治平等院が時の関白藤原頼通によって建立された後、寄進され、

以後平等院領となりました。平安時代、この地域の一帯は玉櫛庄と呼ばれていましたが、現在の玉櫛・花園の町域だけでなく、池島・吉田、さらには八尾市福万寺・上之島も含み院領としては最大の規模でした。当時の資料には玉櫛の庄でとれた米がいちばん優れていたと記されています。

鎌倉時代末期の玉櫛庄は、南朝の武将楠木正成一族の拠点であったと言われ、南北朝内乱期には近隣の武将水速氏の勢力下にあったとも言われています。

玉櫛の地は河内国の中でも重要な場所と考えられるが、河内湖と大和川の接点に当り、河内の各地を結ぶ交通の要衝であったからでしょう。

戦国時代、織田信長が石山本願寺を攻略、玉櫛庄から50人程の村人が参戦、数名の戦死者を出しております。天正4年(1576)、当時の浄土真宗法主顕如上人の感謝状が残っています。玉櫛は河内門徒の一大拠点であったようです。

宝永元年(1704)、大和川付替工事に関連し、泉屋利兵衛・南島六之助により玉櫛川が開発され、後に玉井清兵衛の所有となり、玉井新田と呼ばれました。付替え工事にさきだち、元

禄12年(1699)、津原神社の南端、馬場先に重厚な鳥居が建立され、基礎に玉櫛庄市場村と刻まれています。この近くに物資交易の市があり、江戸時代には市場村という村名でした。

明治22年(1889)、地方自治制度が施行され玉井新田・市場・上之島・福万寺は三野郷村となり昭和30年、河内市発足にあたり上之島・福万寺は八尾市に委譲されました。

花園の地名については、近世において津原神社周辺は市場村花園辻と呼ばれていました。神社の周りに桜が多く植えられたことによるようです。旧字名に「花屋敷」がありました。



玉串地域の史跡と文化財

木工班よりのお知らせ

来年の干支「壬辰」（みずのえたつ）を飾った色紙作りを木工班と一緒に楽しみませんか

平成23年の「卯」歳から再開しました干支色紙貼り絵作りを今年も実施します。前年同様、多数の参加を心よりお待ちしております。

日 時：11月10日（木）

午前10時から午後3時

集合場所：センター会議室

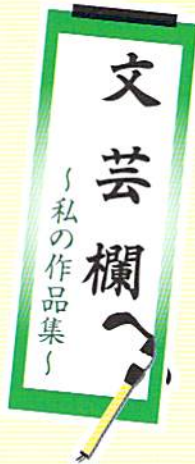
会 費：1,000円

定 員：15名

定員になり次第締め切ります

申込み：羽田（〇七二九八一四七七五）

会員番号・氏名・電話番号
をお願いします。

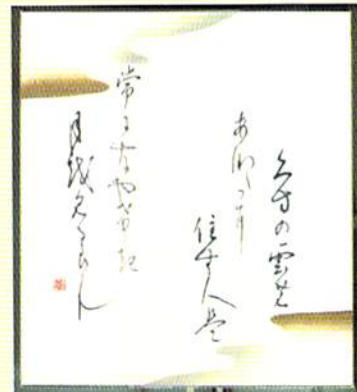


短歌

身罷りし 歌人偲びて 今宵われ
静寂に座して 歌詠みにけり

東野 恭子

書



「久方の 雲のあなたに 住む人は
つねにさやけき 月を見るらん」

（良 寛）

岩井 俊栄



同好会のご案内

初歩のパソコン教室

自分で、住所録・家計簿・チラシなどつくりませんか
その他、パソコンで分からない事の相談なども遠慮なく

日 時：毎週 月・水・木曜日
午後2時～4時



場 所：センター会議室

会 費：1回2時間 500円

申込み：井上〇九〇一八九三七七二八七
利宮〇六一六七八二一八三二一

カラオケ

日 時：11月25日(金)・26日(土)
午後1時30分～5時
(12月は休みます)

場 所：カラオケラウンジ「馬ちゃん」
(〇七二一九六五〇四九一九)

近鉄若江岩田駅を東へ100m

会 費：1,000円(ワンドリンク付)
申込み：東郷(〇六一六七八七二三五六)

民謡

民謡同好会は都合により、当分の間、休会いたします。ご了承ください。

手芸(パッチワーク・折り紙など)

日 時：月1回(第2水曜日)
午前10時～午後3時

場 所：センター会議室

申込み：中田〇七二一九八七一九六七〇
平野〇六一六七八一四七二七



手描き友禅

日 時：月1回(第2水曜日)
午前10時～午後3時

場 所：センター会議室

申込み：小林〇七二一九八四一六四二
辻本〇七二一九六一一九八七



囲碁

日 時：毎月第1・3水曜日
午後1時～5時

場 所：センター会議室

会 費：500円(月額)

申込み：林(〇九〇一五九二四九四八)
参加者は、事前に連絡してください。



英会話

英語を楽しみませんか

「英語を勉強し覚える」のではなく
「英語に慣れ親しむ」をモットーに、
簡単に身近な日常会話から英語に近づき、
共に英語を楽しみましょう。

日 時：第2・4木曜日
午後2時～4時

場 所：センター会議室

会 費：無料

申込み：奥村(〇九〇一八三〇一六二八)

歩いっせ

11月例会：「秋の宇治川散策」

少しアップダウンのあるコースです(約8km)なお、雨天の場合は中止です。

日時：11月15日(火) 午前9時30分集合(時間厳守)

集合場所：京阪電車宇治駅改札前
交通手段：京橋→宇治 片道400円

交通手段のわからない方は、申込み時にお尋ね下さい。

コース：京阪宇治駅→宇治神社→宇治上神社→興聖寺前→宇治川→天ヶ瀬吊橋



(昼食) ↓紅葉谷コース→白山神社→地藏院→平等院→宇治橋→京阪宇治駅

解散午後3時30分頃

参加費：100円(保険料・マップ等)
持参する物：弁当、水筒、汗拭きタオル等
申込み：川崎(〇六四三〇九一二七八)
実施日の5日前までに申し込んで下さい。

1月例会(新春初詣と親睦会)

日時：平成24年1月13日(金) 午前10時集合

集合場所：近鉄奈良線枚岡駅下車
枚岡神社鳥居前
コース：枚岡神社参拝→グリーンガーデンひらおか(親睦会)
午後3時頃解散予定

参加費：3,000円(保険料・祈祷料・食事代等)

なお、定員60名になり次第締め切ります。

申込み：川崎(〇六四三〇九一二七八)

書道

年賀状を毛筆で書いてみませんか。

実用の漢字・仮名から短冊や色紙まで、先生直筆の手本で、幅広く楽しく学べます。

日時：毎月1回

第1木曜日か第3木曜日

午後1時～3時

場所：センター会議室

会費：1,700円(月額)

講師：松井泰樹先生

(日本書芸院審査員・読売書道評議員)

申込み：宮浦(〇七二一八七一〇七二七七)



事務局だより

●未就業会員の就業相談

会員になったが就業のチャンスが無い未就業者の方のために、平成22年10月から就業相談日を設けています。

相談をご希望の方は、あらかじめ予約が必要です。

1日の相談者は5名(予約順)です。

今年度の相談日

平成23年10月18日(火)

11月15日(火)

平成24年1月17日(火)

2月21日(火)

3月21日(水)

8月及び12月を除く毎月第3火曜日
(当日が休業日の場合は翌営業日)

相談時間 午後1時30分より4時

ところ センター事務所

定員 5名

予約申込み 相談日前日の午後5時

まで、当センターにお

いて電話又は来所にて

受付

電話 (〇六―六三二四―二四〇八)

*入会后、一度も就業したことがない

会員の方が対象です。

●会員入会説明会

センターでは毎月2回「会員入会説明会」を開いています。友人・知人の方で入会を考えている方がおられたら紹介してあげてください。

日時 11月8日(火) 22日(火)

12月13日(火)

1月10日(火)・24日(火)

午前10時～正午(受付9時

30分)

ところ センター2階会議室

(永和駅または俊徳道駅から
徒歩5分)

●ホームページ更新中!見てください

毎月ホームページを更新しています。
「東大阪シルバー」で検索可能です。

*ホームページの作成に協力していた
だけの方を募集しています。事務局ま
で

▼次回の「燻」(1月号)への投稿は、

11月1日(火)までにお寄せ下さい。

今月号には、「地域班レポート」の寄稿があり
りませんでした。次号への投稿をお待ちして
ります。

編集後記

大阪商業大学「豊山ゼミ」の若者たちが、「高齢者の就業支援」を活動テーマに我が東大阪シルバーをフィールドとして一年間調査・分析された中間結果が本誌で報告されました。

これから一年、更にサブテーマ毎に掘り下げられて、来年7月には最終まとめが報告される予定になっています。

我等シルバーがどのように料理され、若者ならではの斬新な視点が提言として、どのようにテーブルに出されるか大いに期待しているところです。

今年も、11月の鳥取県・はわい温泉への一泊、「会員親睦バス旅行」の募集が始まりました。

今年の特徴は会員と会員の家族や友人も参加可能とのことで、皆さんに多数参加していただき、大いに盛り上げたいものです。