シルバーだより　会員数　2,330名　男性1,591名　女性739名
（令和４年 11 月現在）

火の国

No. 87
2022.11

ボランティア活動参加者集合写真

もくじ

水あかり解体撤去ボランティア…… 1
なごみ会　ゴルフ大会…… 2～3
なごみ会　グラウンドゴルフ大会…… 3～4
なごみ会　ふれあい作品展…… 4～5
脳磁計・MRI検査を受けてきました …… 6
健康のありがたさ帯状疱疹を患って…… 7
新聞と私…… 8
読書の勧め…… 9
会員投稿作品…… 10
事務局だより・日誌…… 11

編集・発行／公益社団法人 熊本市シルバー人材センター

水あかり 解体撤去ボランティア

秋の夜を灯篭の灯りで彩る「熊本暮らし人まつりみずあかり」が十月八日、九日の二日間、花畑公園・城彩苑一帯で三年振りに開催されました。

十月の全国シルバー人材センター普及啓発月間に伴い、熊本市シルバー人材センターでは、みずあかり開催後の十月十日澄み渡る秋晴れの下、みずあかりの解体撤去ボランティアが行われました。

午前九時、役職員、会員等百余名が熊本市民会館シアーズホーム夢ホール前の広場に集合、西島理事長からシルバー人材センターのＰＲとねぎらいのあいさつに続いて、熊本市高齢福祉課橋本課長から激励のあいさつのあと、二班に分かれ花畑公園と備前掘前広場に山積みされた竹灯籠の解体撤去作業に取り掛かりました。

折しもサクラマチ・花畑公園広場では、民間放送局の開局記念日とあって歌や踊り等のイベントに多くの観衆で賑わっていました。

作業は電動ドライバー使用による解体等、かなりの労力を要するところが多く解体された竹筒はリレー式で運搬車両に運び込む等、手際のよい作業で二時間足らずで終了しました。

多くの汗を流して作業に取り組んだ会員は元通りに整地された作業場をあとにして、すがすがしく家路につくことが出来ました。

広報委員　田上吉昭

なごみ会　ゴルフ大会

待ちに待った「なごみ会」主催の第三回ゴルフ大会が、絶好のゴルフ日和となった十月三日、「城南カントリークラブ」において開催されました。大会は新型コロナウイルス感染防止のため検温、手指の消毒、マスク着用（プレー時は自由）等の対策を取りながら実施されました。

八時から受付が開始され、参加者はこの時を待っていたと言わんばかりに早々に受付を済まされ、練習や再会の喜びを分かち合うなど、親睦を深めておられました。

大会参加者は、男女合わせて三〇人、年齢は最年長八一歳（三人）、最年少六六歳（二人）、平均年齢七四歳でした。

西島理事長の開会の辞に始まり、橋本幹事からハンディキャップはダブルペリア方式によるなど本大会のルール及び競技上の注意事項等が説明され、その後、記念写真撮影を経て、八組三〇人がＩＮコースとＯＵＴコースに分かれてスタートし、それぞれ一八ホールのコースに挑みました。

当該コースは、距離が長く、各所に池が設置されるなど、県内でも難関コースの二番目に数えられるコースでありました。シルバー会員にとって苦戦も予想されましたが、コロナ禍での練習（?）が功を奏したのか皆さん素晴らしいスコアでフィニッシュされました。驚いたのは数え年七五歳の会員がグロス七五、ネット七三・八という驚異のスコア（エイジシュート）でフィニッシュされたことでした。

大会結果は、次の通りでした。

優勝　林田　信之
ＧＲ九二
ＮＥＴ七一・六
準優勝　草村　洋征
ＧＲ九〇
ＮＥＴ七二・〇
第三位　中村　昭範
ＧＲ八四
ＮＥＴ七三・二

競技終了後、表彰式がクラブハウス一階で行われ、成績優秀者とともに、

「飛び賞」六人、「当日賞」一人、「ＢＢ賞」一人、「敢闘賞」一人に、「なごみ会」相馬副会長よりそれぞれ賞品が授与されました。また、惜しくも各賞に届かなかった人にも参加賞がもれなく渡されました。

優勝された林田会員は、この日が誕生日であったため、優勝はビッグプレゼントとなり二重の喜びになったのではないかと思います。おめでとうございます。

表彰式を終え、足取り軽く帰途につかれる参加者の笑みや再会を約す言葉に、一日を緑の芝生で過ごし、心身のリフレッシュを得た人の充実感が伝わってきました。

参加者の皆様、そして、大会運営に尽力された人材センター事務局の皆様大変お疲れ様でした。

広報委員　中村　光明

なごみ会　第二回グラウンドゴルフ大会

開場十五周年を迎えた空港グラウンドゴルフ場で十一月一日、熊本市シルバー人材センターの実力者ぞろいの会員三十一名参加のもとに、なごみ会主催のグラウンドゴルフ大会が開催されました。

当日は小春日和とはほど遠く肌寒い一日となりました。

開催に先立ち西島理事長から会員の結束とシルバー人材センターＰＲ等について挨拶がありました。

当ゴルフ場は県下では指折りの難コースが多く、２コースに分かれスタートしました。

スタート直後から隣のコースにボールを打ち込み、大打たきする会員もみ

られましたが、五人の会員が見事にホールインワンを達成、二時間余りで和気あいあいのうちに競技は終了しました。主な受賞者は以下のとおりでした。

優　勝　中村　次則
準優勝　徳永　範義
第三位　志賀　章洋

他に当日賞・飛び賞等多くの賞が設けられ、参加者全員に賞品が授与され、次回大会への参加を約して帰途につきました。

なごみ会会長　田上　吉昭

第三回　なごみ会ふれあい作品展

コロナ禍が続く今年も、恒例の「なごみ会ふれあい作品展」が九月二十一日～二十六日、鶴屋ふれあいギャラリーで開催されました。今年の出展者はゴールド会員を含む十五名、作品数は七十四点でした。絵画・写真・書道・切り絵・洋裁・織物・刺繍・パッチワーク・手提げ類・人形・アクセサリー類・短歌・川柳など多彩な力作が勢ぞろいでした。コロナ禍で就業機会が少なかったゆえでしょうか、どの作品も時間をかけてじっくり丁寧に作られたことがうかがえました。

毎年出展してくれる常連会員さんが多い中、今年初出展の村﨑はまみ会員にお話を伺いました。

「切り絵は珍しいですが、いつごろから?」

『六・七年前に、公民館の講座で習い始めました。』

「大変、緻密で集中力が必要そうですが、所要時間は?」

『夕食後の片づけをして寝るまでの余暇に一～二時間程度やってますが、大体一週間ほどです。』

「シルバー世代としては大変な作業でしょう?」

『ええ、それに四・五年前に骨折してからは、特に細かい作業が出来なくなりましたので、それなりに難易度を下げた作品にしています。』

「シルバーの仕事と趣味の時間とのバランスは?」

『仕事はたまにしかありませんので、バランスをとることもなく、それぞれをこなせています。』

「また来年の出展を楽しみにしています、ありがとうございました。」

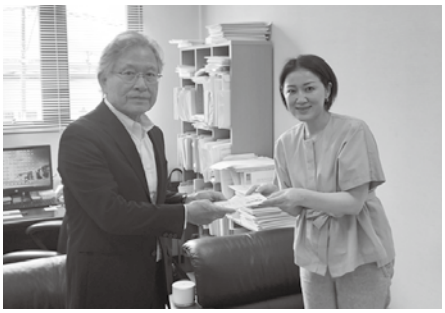
一方で、常連出展者作品にはファンも多く、是非譲ってほしいと依頼がくる作品もあり、売り物ではないのでとお断りされたそうです。期間中の来場者数は二百五十四名でした。

来年はどんな作品が見れるか楽しみです。尚、一月七日～二月二日に熊本市現代美術館において、熊本市老人クラブ連合会主催の「熊本市シルバー文化作品展」も開催されます。センター会員の作品も展示されますので、お見逃しの方は是非そちらにお越しください。

広報委員　村島須美子

特定非営利活動（ＮＰＯ）法人　あやの里
代表　岡元奈央様より、令和四年八月八日に熊本市シルバー人材センターへ寄付金を頂きました。当センターへのお仕事の依頼も頂いているお客様で、熊本市山ノ内に居宅介護支援事業所、ふれあいホーム、有料老人ホーム「竹南」、ヘルパーステーション、デイサービスセンター、グループホームあやの里を併設して様々な関係機関とともに利用者の方々の全面的なサポートを行われています。

後日、あやの里様へ感謝状を贈呈致しました。



あやの里HP↓
https://ayanosato.net/facility/

～脳磁計（ＭＥＧ）・ＭＲＩ検査を受けてきました～

１９５６年（昭和三一年）に公式確認された水俣病の発症から六六年です。未だに認定や補償について取り沙汰されていますが、その病態解明のための研究も続いています。

水俣病は脳の病気です。患者さんは主に県南部に住む方々です。その方々との症例比較のために、そこ以外の地域の健常者でしかも同年代の人の脳のデータが必要という事で、国立水俣病総合研究センター（メグセンター）から、熊本県シルバー人材センター連合会を介して、熊本市シルバー人材センターと玉名市シルバー人材センターに協力依頼がありました。（お仕事ではありません）

検査対象者の条件は色々ありましたが、それらをクリアーして八月九日に検査を受けてきました。

検査は脳磁計（ＭＥＧ）とＭＲＩ検査です。ＭＥＧとは、人間の脳からも様々な刺激に対して微弱だけれども磁場が発生するそうです。その磁場を測定する機械が脳磁計といい、九州に三台しかないうちの一台だそうです。その微弱な磁場を測定するために、どんな大地震が起きても大丈夫という、厚さ20㎝以上のコンクリートに囲まれた密室にあります。

まずはそのＭＥＧ検査、聴覚からの刺激と手のひらへの触覚からの磁場測定が約一時間ありました。

次に場所を移動してＭＲＩ検査、これは一般的に「認知症」や「クモ膜下出血」の検査としても知られています。ここではあくまでも患者さんとの脳の比較データなのですが、我々の世代が最も気になる病ですのでオマケでそれらの診断もしてもらえます。この検査はひたすらヘッドホンから流れる音を聞き続ける四〇分間です。閉ざされた狭い空間で身動きしないで、まるで工事現場のような雑音がずっと続きます。閉所恐怖症の方には無理かもしれません。

以上の二つの検査と、前後のドクターの説明を加えて約2時間半で終了です。前述の検査の詳しい結果は二週間後に郵送されました。とても詳細で解り易い報告書でした。認知症予防のパンフレット付きです。

今回受けた検査は、所謂「治験」に近い『お仕

事?』ですが、薬や注射など一切ない全く体に負担のないものでした。けれども、公害病の原点と言われる**水俣病の研究に少しでも役に立てた**のだという充足感、それに謝金をもらえます。往復新幹線でのプチ旅と大満足の半日でした。

今後もこのような依頼があれば是非また参加したいです。

ちなみに、この検査に協力した会員及び家族は九十名で、現在も順番に検査が行なわれています。

広報委員　村島須美子

健康のありがたさ
帯状疱疹を患って

五月初旬左肩部に異常な痛みを感じ、二～三日湿布薬で対応していましたが、痛みが治ることなく、外科医で受診異常なしの診断。その後痒みを感じたため、皮膚科で受診の結果、帯状疱疹との診断、一週間足らずで左肩甲骨下部から左胸部位に痒みを伴う疱疹が出始めていました。以降、ワラを掴む思いで皮膚科、耳鼻咽喉科、麻酔科、胃腸内科等の医療機関で診察を受けました。

自覚症状は

○皮膚部位の神経を針で刺す不快な感じの疼痛

○声帯の障害でかすり声

○食欲不振による体重八キロ減

○日常の所動作に安定性を欠く

等の症状が現れ半年過ぎ、今尚、ズキズキと痛みが続いています。

主治医の説明によれば

○原因

幼少期に水ぼうそうにかかったことがある、加齢、疲労、ストレス

○経過

通常二週間から一カ月程度で完治するが状況により長引くケースもある

要は、早急に受診する。規則正しい生活に心がけ疲れやストレスをためない工夫をする。

昨今のマスコミ等では今年は異常に帯状疱疹を訴える患者が増加傾向にあり、特に高齢者には早急に「**ワクチン接種**」と、呼びかけています。

帯状疱疹を患って長期に苦しむ体験をして早期受診の必要性を感じ二か月余り就労から離れ関係者の皆さんに大変なご迷惑をおかけしました。

健康のありがたさを改めて痛感しているところです。

会員　田上吉昭

◆熊日掲載◆

新聞と私

「新聞を夕方や夜になって読んでどうする。１００％の効果はないぞ」。夕食が済んでほっとする時間に、夫が言った。

幼稚園児を２人抱えて忙しい時間を過ごしていた頃の話だ。当時は夕方でも夜でも、一応目を通せば満足で、１００％の効果などは考えたこともなかった。朝食が済んで一番に新聞を読むようになったのは、子どもたちが小学校の高学年になった頃だった。

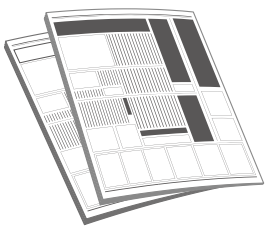
友人と会うなどした時、その日の話題に触れるようになって、やっとその１００％の効果が分かるようになった。以来、新聞は朝食後一番に読むという習慣が身に付いたのである。

一通り記事を読んだ後、本紙で私が楽しみにしていたのは、連載「文学の恋」だった。名前だけは知っている作家の恋の始まりや結末を知ると、その作家の作品を読んでみようという気持ちが湧く。そして、今まで未発見だった作家の手紙や、未完の小説などについての記事にも興味があり、大作家同士の手紙などは、私生活に触れている内容もあり、面白かった。

コロナの風がやまぬので、外出はなるべく控えているけど、本紙上でコンサートや行事、イベントの内容を知ることでわくわくしたり、会場に行った気分をほんの少しだけ味わって満足したりする。

最近の私の悪い読み方を反省している。それは少々、理屈っぽい記事や、逆に興味を引く好みの記事を後回しにすることだ。ゆっくり読むつもりで後回しにするのに、結局、読み忘れてしまう。大きな反省点である。

会員　片田成子



◆ 熊日掲載 ◆

読書の勧め

「八十七歳、古い団地で愉しむひとりの暮らし」

前向き　生き生きと

昭和九年生まれの一人暮らしの女性の手記である。中学生の孫と「ＹｏｕＴｕｂｅ」を開設したことがきっかけで注目を浴び、本書の出版につながったようである。

入居時は新築だった団地に住み続けて五十五年。七年前に夫を見送り、一人暮らしを楽しんでいる。一人でも寂しくないのは、地元の法人が運営する介護予防活動支援事業所で趣味を楽しんでいるところである。それも絵手紙、写経、麻雀、和服のリメイクなどいろいろで、年齢の割にびっくりするほどパワフルな方である。

すべてに前向きで、古くなった団地に住まいではあるが、自己流のインテリアに囲まれて生き生きとした暮らしぶりが伝わってくる。数葉の写真も読者を楽しませる。

「この部屋で最期まで過ごす」という凛とした覚悟が至る所に表れていて、これから八十代で一人暮らしになりそうな方には十分参考になる本なので一読をお勧めする。

会員　片田成子

熊日読者文芸

川柳……

○同窓会　名札に写真付けました
相馬　妙子

短歌……

○密集地　解体工事手際よく
素早く動く職人の技
内田　美千代

○江津湖畔に水鳥遊ぶ汀女の忌
○秋涼し　夏目漱石　読み始め
相馬　妙子

俳句……

○頼もしさ　安産型のあのヒップ
○しおらしさ
再婚ちゅうとうつむかす
片田　成子

肥後狂句……

会員投稿作品……

○元気かい
あしたがあるさと
返事する

○絵手紙で
元気をもらい
彼岸花
萩本　芙紗子

○誕生日
孫の笑顔が
プレゼント
内田　美千代

○長堀を優しく照らす竹灯り
時を忘れて友と語らふ
松本　容子

○夕暮れの川面に浮かぶ太陽は
ビロード色に燃えて揺れおり
檜室　なおみ

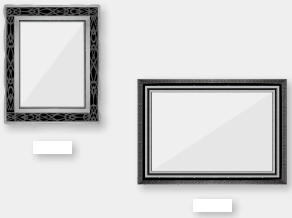
会員等による力作展が開催されました。

○絵画展……

ＮＴＴ　ＯＢ　蒼友会
出展者　碇博之会員他六名
期間　十月二十一日(金)
～十月三十日(日)まで
場所　ゆめマート清水店

○写真展……

済々写友会
出展者　荒木哲美会長他
二十五人
期間　十一月八日(火)
～十一月十三日(日)
場所　熊本県立美術館分館



事務局だより

〒860-0833
熊本市南区平成1丁目10-8
（熊本市健康センター平成分室2階）
TEL096（322）3300
FAX096（322）3324

合同就業相談会

十月五日、熊本市城南老人福祉センターにて開催、十二名の参加者、正会員入会七名となりました。

十一月十六日、植木文化ホールにて開催、十五名の参加者、正会員入会一名となりました。

作品などの募集

会員投稿作品などの募集も随時行っております。

また、イベントなどの取材、記事作成について興味のある方は、広報取材に参加されませんか。お問い合わせは本部事務局まで

あんしんメールのご登録のご案内について

現在、シルバー人材センターの行事予定やお知らせを毎週配信しています、まだご登録がお済みでない方はご登録をお願い致します。

日　誌

令和４年

8月４日 女性活躍委員会
10日 新入会員オリエンテーション
17日 入職時教育訓練（派遣）・決算ヒアリング
19日 ねんりんピック代表者会議
22日 管理業務部会幹部会議
24日 総務委員会・新入会員オリエンテーション
25日 除草・草刈講習会
26日 連合会就業相談会・管理希望新人研修会・管理業務部会幹部会議
29日 理事会
31日 なごみ会幹事会

9月13日 営業部隊研修会
14日 営業部隊研修会・新入会員オリエンテーション
15日 全国SCオンライン会議・入職時教育訓練・管理業務部会駐車場説明会
21日 なごみ会作品展（25日迄）
22日 管理業務部会幹部会議
28日 なごみ会幹事会・新入会員オリエンテーション
29日 安全巡回指導・安全委員会会議・除草草刈講習会
30日 管理希望新人研修会・各区地域活動推進委員会役員会

10月３日 なごみ会ゴルフ大会
5日 城南・富合就業相談会
6日 女性活躍委員会
7日 監事現場監査
10日 ボランティア活動（みずあかり撤去）
12日 入職時教育訓練・新入会員オリエンテーション・第１回県後期高齢者医療運営協議会・熊本県SC連合会第２回理事会
13日 九シ協職員研修会（佐賀市14日まで）・管理業務部会駐車場説明会
17日 高齢者雇用促進セミナー・なごみ会幹事会
19日 熊本県SC連合会シルバー派遣事業研修会・総務委員会
24日 ねんりんピック結団式
25日 熊本市老連大会
26日 新入会員オリエンテーション・政令指定都市代表者会議
27日 除草・草刈講習会
28日 営業部隊ミーティング・管理希望新入会員研修会
31日 熊本県SC連合会臨時事務局会議

11月１日 なごみ会グラウンドゴルフ大会・健軍祭り説明会
2日 第２回中央区地域活動推進委員会
7日 安全適正就業委員会
9日 新入会員オリエンテーション・東区地域活動推進委員会
10日 南区地域班会議
11日 ねんりんピック神奈川大会（神奈川県15日まで）・九シ協会長会議
16日 入職時教育訓練・植木就業相談会
17日 女性活躍委員会
18日 労働局経理事務指導
21日 なごみ会幹事会
22日 熊本県SC連合会会計担当者研修会・新入会員オリエンテーション
24日 政令指定都市実務者会議（静岡25日まで）・管理新人会員研修
26日 健軍商店街健康まつり
28日 西区地域班会議
29日 熊本県SC連合会業務研修会
30日 専門委員会