

# きょうと シルバーだより

No. 95 爽秋号 令和7年9月



(写真：「キバナコスモス」) 堀場 英一会員撮影

事務局だより

ふれあいの小窓

K S Rだより

地域班だより

定期総会報告

公益社団法人 京都市シルバー人材センター

# 定期総会報告

令和7年度定期総会を令和7年5月29日（木）午後2時からロームシアター京都のサウスホールにて開催しました。

議事に先立ち、京都府・京都市からのご来賓による知事・市長のご祝辞をいただき、公益社団法人全国シルバー人材センター事業協会及び公益社団法人京都府シルバー人材センター連合会から届いた祝電が披露されました。

その後、議長に北区の中出弘子会員が選出され、中出議長による議事運営のもと、次の4つの議案について議案説明・審議が行われ、全議案が承認されました。

続いて、令和7年度の事業計画及び収支予算の報告が行われました。

## 議決事項

- ・議案第1号 令和6年度事業実績について
- ・議案第2号 令和6年度収支決算について
- ・議案第3号 役員の改選について
- ・議案第4号 理事長への権限委任について

## 報告事項

- ・報告第1号 令和7年度事業計画について
- ・報告第2号 令和7年度収支予算について

議案第3号で、新役員の承認が行われました。

新役員及び退任役員は、次のとおりです。（五十音順）

○新任理事 大谷 周平、中山 英之、林野 桂三、

藤田 智洋、藤村恵美子、真鍋 隆浩

○新任監事 多川 宏

○退任理事 岩城 洋一、小石 悅子、祖父江文男、

田中 均、山崎 正和、山下 信一

○退任監事 岡 克彦

また、定期総会に引き続き、令和7年度第2回理事会が開催され、理事長、副理事長及び専務理事の選定が行われました。

審議の結果、村中俊文理事長、下間健之副理事長及び山村専務理事が留任されました。



## 地域班だより

### ～地域班だよりの発行について～

今年度から、地域班において定期的に「地域班だより」を発行させていただくことになりました。センターが発行しているシルバーだよりとは別に、各地域ごとに作成して発行してまいります。

内容は、センターにおける出来事や行事等の紹介など、一部、シルバーだよりと重複するところはありますが、地域ごとに予定されている取組などの紹介や地域の名所紹介など、その地域ならではの記事を掲載していく予定です。

発行時期などはまだ未定ですが、年3回程度の発行を予定しています。

第1号は9月に発行する予定ですので、お手元に届きましたら是非一読ください。

## K S Rだより

### 〈 令和7年度 〉 ~ K S R事業活動報告 ~

実施数行事	実施月	実施場所・内容	参加人員
KSR 総会	4月6日(日)	植物園	62名
KSR 委嘱状伝達式	4月24日(木)	北部支部 2階会議室	23名
健康講座	6月(4回)	北部支部 2階会議室 「オリジナル音楽体操でサビない体を作ろう」	77名
掃除講習会	7月(4回)	北部支部 2階会議室 「ダスキン流お掃除の基本とワンポイントアドバイス」	67名

### ～ 後期事業活動報告 ～

実施数行事	実施月	実施場所・内容	参加人員 (予定)
料理講習会	10月 (3回)	ラ・キャリエールクッキングスクール	各16名
中級研修会	未定	北部支部 2階会議室	各30名
ブロック長研修会	12月18日(木)	北部支部 2階会議室	26名
ボランティア活動	2月(予定)	タオル寄贈	斜線

## 健康講座を受講して

令和7年6月12日（木）13日（金）の2日間、午前午後の2回ずつの計4回、健康講座が行われ、私は12日の午後の回を受講しました。

テーマは、「オリジナル音楽体操でさびない体を作ろう」で、講師は横山慶一先生（京都大学 人間・環境学研究科博士課程満期退学後教職・研究職を経て、現在NPO法人元気アップAGEプロジェクト理事長）で笑いと学びにあふれた講座を各地で展開されています。

私自身も後期高齢者となり、体のあちこちにガタが来歩いて、この講座を受けて、そのテーマでもある音楽に合わせて講師のユーモアあふれる軽快な声掛けに応じて体全体を大きく動かすことに、戸惑いながらも必死でついていって楽しく体操することができました。

この体操は、健康を保つカギである「筋力」、「柔軟性」、「全身持久力」、そして「体脂肪率」の4つの健康関連体力の維持につながるとのこと、毎日の日課にしていければと思います。

また、お口の体操である「健口体操」も教えていただき、日頃は大きく開けない口を思いきり開け舌も出した百面相の顔で皆さんとにっこりし合いながら体操に励みました。

これから、今回の講座で学んだことを思い出しながら、無理なく続けていきたいと思いました。



中京区 S・F

## シニアライフの充実に向けて

20代半ばのこと。ドーナツの専門店でショートカットの白髪に足首まである木綿のドレス、木の実のネックレスの高齢のご婦人が、文庫本と駕籠バッグを持ってシャキっと並んでおられました。

「私もああいう風になれるかなあ？」とつぶやくと、横にいた友達が「なれるなれる」と言ってくれました。でも、占いによると私の老後は「縁側で猫を抱いて、庭で遊ぶ孫たちをホタホタとみている平和な老後」だそうで、もし選べるのならどちらを選ぶのでしょうか？

やがて学力や実力がものをいう時代がやってきました。それと共に、長年にわたる経験者や熟練者がともすれば軽んじられる風潮が見えてきました。その時私は30代、日本は便利で豊かな国に成長しましたが、上の世代の寂しげな姿に心が痛むこともありました。

戦前戦後の不自由な中で、自分がしている仕事の意味など考える暇もなく、ただ家族を守るために働き、その結果、高い技術や素晴らしい文化を残した方々なのに、今、大事にされていない・・・

「間違っている！」「人は、生きてきたことそのものに意味がある！」例えば、お天気の怖さと同時にありがたいものであるというような大事なことを年少者よりはるかによく知っているのが、長く生きてきている人たちです。経験も浅い若い世代に負けることなく、自信を持って頑張りましょう。

ただし、単に長く生きているだけで、何も感じない、考えない日々を過ごしていたら説得力はないかもなので、私は、なんにでも無関心でいることはしないと心に念じながら、今、高齢者の域に達しています。

若き日に想像したどちらの姿にも結局どちらにもなっていませんが、年齢だけは十分その世代になりました。

「年寄りは、ただそれだけで偉いんだ！」ですから混雑した市バスの中とかでも臆面もなく「交通整理」したりしています。

先日言葉を交わしたおしゃれなご婦人は、あのドーナツ店の方のようにシャキっとしてきれいな声でおっしゃいました。「私は91歳よ！」と。聞いてもいないのに堂々と。

私もそうなれるかしらと、あとそのご婦人まであと10年と少ししかないことに焦りながらシルバー人材センターでシニアの意味を探し続けています。

北区 井上 千恵子

## 地域のツボ紹介

### 北山通りと共に

現在「北山通り」として様々に名を馳せるわが町は、南側が植物園、北側には名店名所が連なりその景観を彩り、中でも建築家の安藤忠雄氏や高松伸氏の建造物が、50余年の時を経て堂々たる象徴となっています。



ハイクオリティなブティック、名だたる和洋中のレストランなどが連なっていて、中でも「キャピタル東洋亭」、「マールブランシェ」、そして「進々堂カフェ」は、北山ならではの雰囲気を堪能することができます。

また、植物園の四季と共に存しているこの地域の魅力は、これからも訪れる方々に、折々のエッセンスに香る“和み”をさりげなくもキラやかに送り続けることでしょう。

かく言う私自身もここに住んで幾星霜！

緑陰絵巻に励まされ、いざなわれての毎日です。

住み始めた頃は、まだ地下鉄北山駅は無く、すぐき畑が広がっていて、植物園の北門はどこ？？？ という感じでしたが、そんな思い出もこよなく愛おしい今日この頃です。

北区 黒川 要

### ～編集委員の紹介～

#### 雲母坂（きらら坂）

雲母坂は、左京区修学院の音羽川沿いにある比叡山延暦寺への参詣道ですが、古くは勅使参向に使われ勅使坂とも云われ、また高僧が市内との往来に通った信仰の道でもありました。

現在は、登山道ですが、修行中の阿闍梨さんが市内大廻に使っておられたりもします。

地域の方が数年前よりボランティアで道の改修等をしてくださっていて、比較的歩きやすい登山道となりました。

途中には、水飲対陣跡碑、八瀬ケーブル比叡駅、スキー場跡山頂公園などがあり、大比叡まで標高848mとなります。



ぜひ、健脚の方は挑戦してみてください。下山には京都市内へは八瀬ケーブルが、大津へは延暦寺から坂本ケーブルがあります。

だいたい、登山道入り口から大比叡までは、2時間程度ですので、ぜひ挑戦してみられてはいかがでしょうか？

シルバーだより編集委員 堀場 英一

## 安全・適正就業委員会

### ◆◆事故件数報告◆◆

令和7年度の事故発生状況は、次表のとおりです。

安全・適正就業委員会では、就業現場の安全パトロールの実施などの取組を通じて、就業環境を原因とする事故の防止に努めますが、就業中の事故防止には、就業環境の整備と合わせて、何より就業する人の安全意識の向上が不可欠です。会員の皆様のご協力をお願いします。

事故発生状況

年 度	人 身 事 故		物損事故
	就業中	就業途上	就業中
令和7年度	4	2	10
令和6年度	3	0	5

※ 各年度7月31日報告分まで

### ◆◆安全・適正就業に関する標語の募集結果について◆◆

シルバーだよりにて募集させていただき、皆様からご応募いただきました安全・適正就業に関する標語について、応募いただいた標語を提出いたしました。

京都府シルバー人材センター連合会にて、京都市からの応募を含め、府内一円から提出された作品の審査が行われ、残念ながら京都市からの作品は選ばれませんでしたが、次の作品が優秀賞等に選ばれました。

最優秀賞 気の緩み 慣れた作業に 潜む事故 (舞鶴市)

優秀賞 慣れし身に 芽吹くゆとりと 事故の種 (城陽市)

優秀賞 気づいた事 言えるところに 安全就業 (京田辺市)

ご応募いただきました皆様、ありがとうございました。

また、次年度も募集する予定ですので、ぜひ、皆様もご参加ください。

### ◆◆自転車安全講習の開催について◆◆

安全・適正就業委員会では、9月30日（火）午前10時から、二条自動車教習所（二条駅北西徒歩約5分）にて、京都府警察中京警察署のご協力により、自転車安全講習会を開催いたします。事前予約は不要で、自転車が無くてもお越しいただいて結構ですので、ぜひ、ご参加いただきますようお願いいたします。

特に自転車に関する法律が変更されたところですので、その理解を深めていただくためにも、ぜひ、この機会に受講いただければと思います。

## 就業開拓委員会

令和7年6月5日（木）、令和7年度第2回就業開拓委員会が本部作業室で開催されました。

会議では、令和7年度から配分金見積基準最低単価を引き上げたことでの影響の確認や今後の開拓の方針等について話し合われました。

また、今後の受注拡大に向けた取組についても話し合われ、そのための方策の一つでもある各区におけるイベント等での取組についてや就業開拓員による開拓活動の取組について確認し合いました。

インバウンドの増加に伴い、人が必要とされる業種も変化してきており、どのような職種で人が必要とされているのか、シルバーで対応可能な職種なのかなどについても検討を行いました。

就業開拓委員会では、今後とも効果的な就業開拓のあり方を検討し、会員の皆様の就業機会の拡大につながる活動の実施に努めてまいります。

## 人権の尊重について

これまで職場や地域など、社会の様々な場面で人権啓発の取組が行われてきましたが、残念なことに、今なお偏見や差別に基づく発言等がなされることも見受けられます。こうした行為は他人の人格や尊厳を傷つけるものであり、決して許されるものではありません。会員の皆様におかれましても、こうしたことのないようお願いいたします。

## 緊急時の連絡先（携帯電話番号）について

事務局の業務時間外（夜間・休日）に、緊急の用件で連絡が必要になったときは、次の携帯電話に連絡してください。

	連絡先・携帯電話番号		連絡先・携帯電話番号
本 部	090-6676-6853	北 部 支 部	090-3978-6848
東 部 支 部	090-6678-5342	全支部共通	080-4014-8376

緊急の用件とは：

- ・就業中の大怪我、就業先と自宅との往復の途中での交通事故
- ・就業先に損害を与えた、市民の方に怪我をさせた場合 などで急を要するとき

## シルバーだより編集委員会より

日頃は、「きょうとシルバーだより」をご愛読いただきまして、誠にありがとうございます。編集委員一同、感謝申し上げます。

先号にてお知らせしておりましたように、今号より、シルバーだよりはWEBにてご覧いただくようになりました。当センターのホームページ最下部にある「シルバーだより」のバナーをクリックしていただくとシルバーだよりのページに移動して、直近の4号分がご覧いただけるようになっています。

また、下記のQRコードを読み取っていただくことで最新号のシルバーだよりをご覧いただくこともできますので、よろしくお願ひいたします。

また、シルバーだより編集委員会では、会員の皆様からの寄稿をお待ちしています。

本誌には、事務局からの報告、連絡事項などに加えて、会員の皆様からお寄せいただいた投稿を紹介しているページがあります。

シニアライフをいかにして楽しいものにしているか、いかに活き活きと日々を送っているかなどを紹介している「シニアライフの充実に向けて」のコーナーや、その地域の人にしか知られていないような名所、史跡、店などを紹介する「地域のツボ」のコーナーがあります。また、俳句や川柳、写真などでも結構です。

皆様の投稿を通して会員同士が触発し合ったり情報交換できればと編集委員会では考えておりますので、ぜひ、皆様もお気軽に寄稿いただければと思いますので、よろしくお願ひいたします。

WEB化についての不明点や各種寄稿につきましては、最寄りの本支部にお問合せ、ご提出いただければと思いますので、よろしくお願ひいたします。



## 編集後記

暑い日が続いているが、会員の皆様にはいかがお過ごしでしょうか。

今年の梅雨明けは、観測史上最も早く、6月の梅雨明けは初めてとのことです。

その後の急激な暑さのために、体調を崩した方もおられるかと思います。

健康には十分留意されて充実したシルバーライフを送っていただければと思います。

さて、今号の「シルバーだより」から、製本された冊子ではなく、センターのホームページでの閲覧に変更されました。

これまで慣れ親しんだ冊子からの変更に戸惑う方もおられると思いますが、この度の変更により、紙面の文字数の制限などが大幅に緩和されることになります。

これまで以上に、会員相互の交流のツールとして、情報交換のツールとしての活用範囲を広げることができます。

皆様の身近な出来事や、日常感じておられることを気軽な気持ちで投稿していただければ幸いです。

今後ともよろしくお願ひいたします。

令和7年9月1日  
発行  
公益社団法人京都市シルバー人材センター  
〒604-8437  
京都市中京区西ノ京東中合町2番地  
TEL:821-2013 FAX:821-2020