

会員とセンターをつなぐ広報誌

生きがい八王子

2020年1月1日 第111号

編集・発行



公益社団法人

八王子市シルバー人材センター

〒192-0062 八王子市大横町 11-35

TEL 042(626)1274

FAX 042(626)5159

✉ hachioji-sc@sjc.ne.jp

H.P. <https://hachioji-sjc.org>

八王子市シルバー人材センター

検索

Happy New Year 2020

本号掲載ページ

- 1P・2P 新年のご挨拶コーナー
- 3P 事務局コーナー
- 3P 職種班コーナー
- 4P 地域班コーナー
- 5P フリーコーナー
- 6P 趣味・娯楽コーナー
- 7P 東浅川保健福祉コーナー
- 8P 2019 行事写真集

写真提供 7952 村山明寛

新年のご挨拶



八王子市長・
シルバー人材センター名誉会長

石森 孝志 たかゆき

八王子市シルバー人材センター会員の皆様、あけましておめでとうございます。健やかな新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。旧年中は、市政に対し格別の御支援を賜り、厚くお礼申し上げます。

平均寿命の延伸に伴い高齢者人口が増加する反面、生産年齢人口の減少により、人口構造が大きく変化しつつあります。人生100年時代を見据え、高齢者の生きがいづくり、さらに労働力の確保の観点からも、働く意欲のある高齢者がこれまでに培った能力や経験を活かし、生涯現役で活躍し続けられるような社会環境を整えていくことが必要です。このような中、シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供するなど、高齢者の「居場所」と「出番」を創り、「生涯現役社会」の実現に寄与していただいております。今後大いに期待しております。

さて、本年は、いよいよスポーツの祭典である東京2020オリンピック・パラリンピックの開催年となります。自転車競技ロードレースでは、八王子市内多摩ニュータウン通りをコースとして選手が駆け抜けることが決定しております。本大会では、世界中から日本への関心が高まり、スポーツはもとより、文化芸術や教育、観光など多様な分野における国際交流の好機となると考えています。これらの好機を活かし、市民の皆様のスポーツに対する機運を盛り上げ、心身ともに健康で暮らせる元気なまちづくりを目指してまいります。

本市では、「いつまでも八王子に住み続けたい」と思っているだけ、「夢と希望が持てるまち」を目指し、市民の皆様とともに創り上げたブランドメッセージ「あなたのみちを、あけるけるまち。八王子」を、合言葉として掲げました。八王子らしさを表現したこのメッセージにふさわしいまちとして、今後も八王子らしい魅力を外部に発信し続けていきます。

結びに、八王子市シルバー人材センターの益々の御発展と、会員の皆様の御健勝並びに御多幸を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。





令和二年元旦
本年も宜しく
お願い致します

会長	高部 勇
副会長	長田 茂
常務理事	水野 裕
中部理事	石田 鎮男
中部理事	浅原ユリ子
東部理事	園部 正範
東部理事	横川 淳一
西部理事	西山 正子
西部理事	中島 正晴
南部理事	馬場 秀一
南部理事	設楽 和子
北部理事	高橋 文雄
北部理事	須崎 進
理事	石黒みどり
監事	佐俣 雅雄
監事	加藤 司
事務局長	廣瀬 和宏
事務局一同	

謹賀新年

年頭のご挨拶



会長
高部 勇

新年あけましておめでとう
ございます。会員の皆様にお
かれましては、健やかに新年
を迎えられたこと、心より
お慶び申し上げます。昨年中
は、当センターの運営に多大
なるご尽力をいただき誠にあ
りがとうございました。

ご承知の通り国内外では、
昨年も色々な出来事がありま
した。不測の出来事では米中
貿易摩擦に始まり、日韓関係
の悪化、等による先行き経済
の不透明感、台風による甚大
な被害、等々ありました。明
るいニュースでは天皇陛下即
位祝賀やスポーツでのラグ
ビーワールドカップ等々が有
り気持ちを盛り上げてくれま
した。

そして、センターとしても
念願の東部地区下柚木に「八
王子市シルバー人材センター
東部交流室」を開設、毎年恒

例になつている市への環境ポ
ランティアや、当センター独
自での開催イベント、「ここ
にこフェア」2回目を開催す
る事ができました。会員の皆
様の御協力に感謝申し上げます。

さて、我が国は急速に高齢
化が進み社会が変化していく
中、シルバー人材センターに
対する期待度は、益々高まり、
重要視される様になりました。
当センターもこの期待に
応えるために、第3次中期
5カ年計画の基本方針（平成
30年度～令和4年度）の7項
目を時代のニーズに即応して
進めて参ります。本年も引き
続き会員増強と就業拡大に注
力し、地域の顧客からの受注
に出来る限り対応出来る様に
努めて行きたいと思ひます。
そして、派遣事業、学校関係
業務、広報配布などの就業や
清掃ボランティアなどの社会
奉仕活動を通じて、地域社会
に貢献して行きたいと思ひま
す。

人生100年時代の長寿社
会において、就業は私達にと
つて外に出て無理のない仕
事で体を動かす事や考える事
は非常に良い機会を与えてい
ると思ひます。そして就業先
での仲間作りができ、会話を
する事が多くなり、これが健

康寿命を延ばすのに大事な事
だと思ひています。

本年も引き続き会員の資質
アップと安全確保の出来る就
業開拓を進め、会員の皆様が
明るく楽しく活躍出来る環境
作りを進めて行きたいと思つ
て居ります。

結びとして、会員の皆様の
ご健勝とご多幸を心から祈念
し、新年のご挨拶といたしま
す。



年頭のご挨拶



常務理事
水野 裕

新年明けましておめでとう
ございます。謹んで新年のご
挨拶を申し上げます。

昨年は、当センターにとつ
て大きな変革の第一歩を記す
一年となりました。従前の運
営を見直し、「東部交流室」
の新設をはじめ、効率的な広
報による会員の増強、定時社
員総会の重要さの確認など、

会員主体のセンター運営への
道筋を築くことができました。
た。

これもひとえに、会員の皆
様お一人お一人のご尽力・ご
協力の賜物であると実感して
おり、改めて感謝申し上げます。

本年も「第3次中期五カ年
計画」に基づき、更なる前進
のため、様々な懸案の課題解
決に向け、事業展開してまい
る決意です。具体的には、本
年4月より従来の5地区編成
を6地区編成に発展させるこ
とが決定しています。班編成
に変更があるところもありま
すが、将来を見据えての変更
ですのでご理解願ひます。ま
た、女性会員の就業拡大や会
員の皆様に役に立つ「シル
バーセミナー（知るセミ）」
の開催などを企画準備してい
ます。

国が提唱している「元気で
意欲のある高齢者に経験や知
恵を社会で発揮してもらえ
よう」との意図を具体的に体
現しているのは、シルバー人
材センターであると自負して
いるところであり、その果た
す役割や社会的使命は今後一
層高まるものと考えています。
会員の皆様！共に【チュー
目】の一年にしてまいり
ましょう！

事務局コーナー

事務局長 廣瀬 和宏

あけましておめでとございます。まずは、2019年度事務局体制の変化について報告します。8月31日付けで、今まで家事援助担当であった遠藤香澄嘱託員が退職し、9月30日付けで、正規職員の本里奈主事が退職しました。また、9月30日付けで、有川勝彦・藤原捷司臨時職員が任期満了で退職されました。お二人には長期にわたり事務局職員としてご尽力いただきましたが、今後は、会員としてのご活躍を期待しております。さて、退職した職員に代わり、新たに仲間となった職員をご紹介します。7月8日から菊地喜代・大原綾子臨時職員が加わり、従来の担当業務に支障をきたさないよう人的配置を行っています。更に、令和2年1月には新規採用職員の配置も予定しており事務局体制の確立に努めます。

中央住民協議会会長をお招きし、開設式も実施しました。その他の新たな取り組みの一つは、会員増強の取り組みです。シルバー人材センターのPRを主目的に各市民センターまわりに参加しました。9月28・29日は南大沢市民センターまわり、10月26日・27日は大和田市民センターまわり、11月3日には、川口市民センターまわりに参加しました。3月には浅川市民センターまわりにも参加し、会員増強と就業機会の拡大が図れることを期待します。もう一つは、昨年までの一年目入会研修を新入会員研修として年2回(9月・3月)の全体研修会を5地区ごとで年4回(7月・9月・12月・2月)実施する形とし、昨年の71名から現在すでに122名の新入会員が出席しています。地域と会員同士の繋がりが深まることを期待しています。現在、会員数は令和元年11月1日現在2699名(男性2044名女性655名)で30年度末の2513名から186名増加しており、契約金額は平成30年度では、請負で8億6千7百万円、派遣が5千5百万円の実績でした。28年度から始めた派遣事業については、年々増加傾向にあり、

今年度の第2四半期実績では、すでに昨年度の契約実績5千5百万円を上回っています。現在、都内でも一、二の契約実績となっております。新たな年が、八王子市シルバー人材センター会員皆様にとつて明るく笑顔が絶えることのない一年となることを祈念して事務局からの報告とさせていただきます。

職種班コーナー



表装班 桜山 進 (7251)

表装班で学んだこと

表装班に入り早10年。東京都のごとで会館で、2週間の受講を受けて、今度は先輩とお客様の前で網戸張替え、初めは失敗しないか不安であった。何回か一緒にお客様の所を廻り技術も教わり一般会員への昇格のための検定を受け、合格したら初めて仕事が廻ってきました。お客様の前には何う時は前もって連絡して行くのですが、それでも警戒している様に思えた。家の中に入る事、又押入れなど開けた

りするので当然と言えば当然ですけれど、話をしているうちに警戒心が和らぐのが分かる。お客様とのコミュニケーションの大事な事が分かった。以前仕事をやらせてくださった、一人暮らしのおばあちゃんの家で近づくに仕事で出向いた時には「おばあちゃん元気」と声掛けして10分か15分ぐらい話をするようにしている。帰りにおばあさんは「今日は3日分話が出来て嬉しいよ、又寄って」と言ってくれた。やはり一人暮らししていると寂しいのかな、何かいい事をしたかに思えた。

仕事も大事ですが、お客様とのコミュニケーションこれも大切にしなければならぬと思う。いろんな人がいて、その人とのお話が楽しいですね。明日はどんなお客様に出会えるか、楽しみに毎日シルバー人材センターの仕事をしています。



管理 日下部シズエ (9447)

シルバー人材の会員を受けて

シルバー人材の会員になって早7年目、城山小学校の放課後管理員を受け、現在に至っております。当初、私の

孫と同年代の子供たちと接する事になり、子供達の考え、生活面等々とても新鮮な気持ちで触れ合う事が出来ました。さて、城山小学校では、年に数回親子揃っての「サタデースクール」を行っております。10月19日には「身近な森を探検しよう」のタイトルで近隣にある「高尾の森自然学校」へ行き、散策しながら生き物や植物を観察し、約3時間の行程で行われました。植物の生育、四季の移り変わりに葉っぱ一枚も大切に、森の木々が育っていく様子を係員の説明を伺いながらの山歩き。又、子供たちの目を輝かせながらの質問等も飛び交い、活気ある授業になりました。その後、子供たちは珍しい葉っぱを数枚づつ教室に持ち帰り、その葉っぱのモチーフをスタンプで色付けし、素敵な「絵ハガキ」を作りました。雨上がりの山の散策でしたが、事故も無く笑顔で3時間の授業を終りました。学校内の放課後管理の他にも課外での学びにも付き添う事もあり、共に経験し楽しませて頂いております。今後、子供達の日常生活に寄り添い、安全を守り、微力ながらも地域に密着し手助けできればと考えております。

地域班コーナー①

青少対クリーン環境活動に参加しました



中部地区5班班長
遠藤代司美 (9771)

八王子市シルバー人材センター地域委員会に於いて地域ボランティアの一環として各地域の青少対クリーン環境活動への参加を行うように議論を重ね参加する地域がどんどん増え、中部地区としてもやっと参加する事が出来た。中部地区に於いて積極的に受け入れてくれている、第二小学校・第七小学校が進学する第六中学校を対象に、青少対第六地区石川会長と打ち合わせを重ね11月10日(日)第二回より参加することにした。前置き



はこの程度とし実際の活動状況をお話しします。

当日は地域委員会で得ていた情報と異なり歓迎ムードの中での参加となりました。参加メンバーリストにもシルバー人材の欄を作って頂き、参加13名が登録をしました。小生は八王子市シルバー人材センターの腕章を着け活動、次回よりシルバーの腕章を着けての参加を認めて頂いた。参加人員は第六中学校の生徒・小学校のPTA・中学校のPTA・町会等総勢200〜300名と参加人数の多さに圧倒された。会長・中学校長・小学校長・生徒会会長の挨拶後5班のグループに分かれ通学路周辺および近隣公園のクリーン活動を約1時間行い学校に戻るコースでした。帰るとお茶のペットボトル及び豚汁が全員に配られ食べな

から参加者らとの話も弾み有意義なボランティア活動になった。

配布の仕事



東部9班
菊池 丈夫 (8173)

私は広報の配布を八王子市からシルバー人材センターが請け負うようになった当初から続けております。

退職後暇もあり運動の為にまた孫の玩具位買えるかな、との思いで入会し、配布を始めました。初めはポストの位置を探しながらのポストイング、時間がかかりましたが回数をごなすうちに、次のポストへ自然と最短ルートをとるようにコース取りをしております、効率良く配布できるようになりました。

毎回所要時間を記録し、今回は新記録などと作業時間の短縮に喜びを感じて配布を続けて参りました。しかし配布を始めから十年近く経ち体力の衰えを感じるようになりました。ヤマトから荷が届くとヤレヤレ仕事にでかけるか、と言う気持ちに変わって来ています。早く終わらせたと思い配布予定日の雨傘マーク恨めしく思ったりしています。

今後は無理をせず事故の無い様配布の仕事を続けられればと思います。

市施設ボランティアに参加して



西部地区理事
中島 正晴 (10661)

昨年9月、地域班として市施設清掃ボランティアに参加しました。私は腰痛持ちで、月一ペースで整体に通っています。除草は20年以上前に地元町会で浅川清掃をやって「腰痛被害」が出て以来、我が家の庭も勤弁してもらっています。

そんな私ですから、ゆっくりゆっくり、背中をまっすぐに保ちながら何とか、ある程度の一区画の除草を終えました。除草班の方と比べると段違いでしたが、それでも以前の姿とくらべると、きれいになっていました。

けっこう脇目もふらずに一所懸命やっていたので、あまり多くの方とお話できませんでした。以前からお話しをしたいと思います。班長さんとお話しできました。幸い「被害」は出ずに済みました。でもこの事は妻に話さないでおこうとおもっています。

配布の仕事で思うこと



南部地区4班副班長
菊持 アイ子 (8368)

私がかこみなみ野に越してきて知り合いもなく近所との接点もなく何か物足りない様な時にシルバーの話聞き、早速入会しました。同時に広報配布が始まるので、人員が不足していますので、やってみませんか、と面談の時に言われ引き受けました。

その後、広報の配布をしなから庭に出ている方には積極的に声掛けをし、お花の名前や育て方等いろいろ聞いたり、お互いに情報交換をし自然と話す様になりました。こんな機会も配布の仕事が無ければ出会えなかったと思います。

配布する方が不足している様ですが、ちよっと目先を変え一歩前に踏み出す勇気があればと思います。

また、今では地域の方々といつまでも生き生きと健康でいられます様に、体操、コーラス、卓球等いろいろ催しもあり毎日が忙しく楽しく充実した日々を過ごしています。

地域班コーナー②

除草ボランティア



川上 晃博

(11048)

北部地区5班班長

9月26日秋晴れの日、ボランティア活動として加住出張所の除草作業に地域班として植木班、除草班の方々と参加させて頂きました。同じ世代の方々の熟練した手さばき、時々交わす会話も楽しい一時でした。休み時間には市の方がおやつを席を設けて下さいました。皆さんとの会話もはずみ楽しい時間でした。出張所の庭が本当にきれいになりました。地域班としても勉強させて頂きました。

一緒に仕事した方々との交流こそボランティア活動の良さではないかと思えます。

おさそい頂いた近所の除草班の方に感謝したいと思います。この経験を生かし又次の機会にも是非参加したいと思っています。



フリーコーナー

にこにこフェア2019が開催されました



横川 淳一

(8265)

実行委員会副委員長

大横福祉センターと同時開催となる、当センター主催の「にこにこフェア2019」が、今年も10月27日(日)にセンターとなりの大横町公園とセンター内の4階を使用して開催されました。

当日は天気にも恵まれ、公園内では昨年同様に川口中学校の吹奏楽や太鼓の演奏また楽天メンバーによる「よさこい踊り」が会場を盛り上げ、シルバー人材センターからパソコン・筆耕・表装・刃物研ぎ各班実演による仕事のPRやセンター4階で実施したきさらぎ班の会員による「エコたわし」作りや喫茶処の開設で地域交流が図られました。

今年も開催前に実施したセンター周辺のお宅へ挨拶と併せ、センターの事業周知と地域住民への還元を図

新しい仲間



椿山 美智子

(6618)

る運営趣旨を盛り込んだチラシ配布の効果で、小さなお子さんをつれた来場者が、「輪投げ」・「スパーボールすくい」・「ポップコーン」などを楽しんでいる光景は、まつりの主旨である公益法人として地域還元とセンターの運営趣旨が充分PRできました。

更に今年には各地域・職種等から招集した会員による、まつり実行委員が主導したことからの会員同士の交流もできました。

いちよう祭りの清掃ボランティアに参加して



西島 正

(9571)

ここ数年出かけていなかったいちよう祭りにボランティアとして参加しました。陵南公園を巡回しましたが、会場ではいろいろなイベントが行われていて家族連れ等で賑わっていました。飲食できる休憩コーナーもありマナーも良好だったので、ゴミは多くありませんでした。紅葉が始まった会場でのボランティアは絶好の秋晴れの下で散歩を楽しんだような一日でした。

ラグビーとシルバークイワードは多様性



渡邊 健男

(11352)

ラグビーワールドカップが日本で行われ、そしてジャパンは8強という大躍進を遂げた。私は高校・大学でラグビーを経験し、今も大学の試合には毎回出掛け「観戦記」を担当している。

さて、ジャパン・ラグビーの強みとして、多民族メンバーが造り出す「多様性」がある。野球のように「助っ人」ではなく、高校生から日本のラグビーで育ったり、社会人のトップリーグで能力を高めた仲間たちだ。

令和になり、実用書道すみれ会には新しい仲間が大勢増えました。皆、同じ志を持った人達です。自分の好きを書き仕事として生かせることは幸せであり、喜びであり、生きがいでもあります。新しい仲間が増えたことは、励みになり、刺激にもなります。皆様とふれ合うことで書道具に関する話題や、たわいもない話で得るものが多く、勉強になります。私達はすみれ会の「正しく、早く、美しく」をモットーにして練習を重ねています。これからも新しい仲間と共に交流を深めながら、さらに向上をめざして努力していきたいと思えます。



私は、一昨年の夏から八王子シルバーで除草と配布に携わっている。除草は数名のチームで作業することが多い。年齢も違えば、勤めてきた職業や社会的経験もそれぞれだ。ここでの「多様性」もまた素晴らしい。これからもメンバーの入替えはあるだろうが、そのメンバーの「多様性」の中で、「ONE TEAM」として活動していきたい。

趣味・娯楽コーナー

旅ラン



中村 寛司

(10366)

四十八歳の時、還暦の年に

ホノルルマラソンに出場する決意をし、マラソン人生がスタート、今では生活の中心的な位置を占めるようになりました。走り始めて翌年の四月に長野マラソンに出場しました。ゴールキ口手前に辿り着いたところで、沿道から大きな声で「感動した」と言つて声援を送っていただきました、私が通り過ぎた時にたまたま言葉になったと思います。その言葉に勇気付けられ制限



時間ギリギリ五時間で初フルマラソンを完走。私の様なビギナーの市民ランナーでも走る姿で感動させる事が出来るのだと痛感しました。以来三十一都道府県・六十六回のフルマラソンを完走、三月には東京マラソンに出場予定七十回目のフルマラソン完走を目指します。これからも日本全国旅ランをして楽しみたいと思つています。人生100年時代、今の生活を維持しつつランニング生活を満喫出来れば最高だと思つています。

湿板写真から乾板へ



村山 明寛

(7592)

銀の化合物は光に敏感に反応する性質を持っています。デジタル以前の写真はこれを利用したものです。銀塩(塩化銀)が日光にあると黒く変化します。即ち感光性を持つているこれが写真の原点です。このことは1550年台に発見されていましたが、写真がこの世に出るのはずっと後のことです。私がまだ学生の頃、お天気の良い初夏のある日、捲り上げた腕に真っ黒な大きな斑点

が現れ、入れ墨みたいになり吃驚、せつかくのデートも台無しになった記憶があります。フィルム、乾板以前の写真は「湿板写真」と言われたことは前回もお話ししましたが、ではこの湿板とはどんなモノだったのでしょうか?これはガラス板の上にコロジオンという溶液を塗布し、暗い部屋の中で、硝酸銀溶液に数分間つけて引き上げ、素早くカメラに装填して写真を撮るといふものでした。このガラス板が乾いたら感光性がなくなる、そこで「湿板」写真なる言葉が生まれたのです。私の腕の入れ墨?も、実験で使つたこの硝酸銀の仕業でした。

この湿板写真はなかなか面倒ですが、味のある写真で、今でもこれをメーンにした写真館もあります。1881年にロシアの艦隊により長崎に持ち込まれた乾板が、その扱いの良さに後押しされて、湿板に代わり、その後開発されたフィルムとともに写真術が一般的なものになっていきました。



桃の里にて

ペンネーム

かいづかいぶき

ワーゴは桃源郷だネ一面の桃の花だらけだよ今日はなんていい日だろう空をみてごらん

やさしい淡い青色をしている遠くの山々は緑の衣にまつまれてねむっているようだ桃の木の下に星のかたちの花は水仙だねみんなこっちを向いてわらっている

絵手紙

西山 正子

(7613)

耳を澄ましてごらん なつかしい水音が聞こえるよ 小川を桃の花びらが流れている サーあれを追って歩いてみよう 向こうから人が歩いてくるよ こんにちはいい所ですネ、ありがとー!ごゆっくりとごっぞ、

ここはほんとうに桃源郷だね みんなみんな やさしくほほえんでいる



東浅川保健福祉
コーナー



フレイル予防で
いきいき健康長寿！

みなさんは「フレイル」という言葉を聞いたことはありますか？

「フレイル」とは「虚弱」を意味する「フレイルティ（frailty）」からできた言葉で、健康な状態と、介護が必要な状態との「中間」の状態を表す言葉です。

高齢者が増えている現代社会において、介護が必要な原因の一つとなっている「フレイル」に早く気づき、正しく予防をすることが大切です。フレイルの評価ですが、次の1〜5のうち3項目以上該当した場合をフレイル、1〜2項目以上に該当した場合をプレフレイル、該当項目が0の場合は健常となります。

- 1 体重減少…意図しない年間4.5kgまたは5%以上の体重減少
- 2 疲れやすい…何をしても面倒だと週に3〜4日以上感じる
- 3 歩行速度の低下
- 4 握力の低下
- 5 身体活動の低下

頭の体操・SCクロスワード

クロスが解けたらA~Dをつないでね 答()

1	2	3		4		5		6
7				8	9			
		10	11				12	
13	14		15			16		
17		18			19			20
				21			22	
	23		24					
25			26				27	
28					29			

「フレイル」は健康な状態と介護が必要な状態の中間、つまりは健康な状態に戻れる状態でもありません。フレイルを予防し、健康を維持するためにはどうしたらいいのでしょうか。健康長寿のため、フレイルの予防には次の3つが大切です。

- 1 栄養…色々食べて、やせと栄養不足を防ぎましょう！
 - 2 筋力運動…筋力+歩行力で、生活体力をキープしましょう！20.ペットボ
 - 3 社会参加…外出・交流・活動で、人や町と繋がりましょう！1日1回は外出を、週1回以上知人・友人と交流を、月1回以上は活動に参加しましょう！
- 運動や社会参加のひとつとして、大横・東浅川・南大沢保健福祉センターで実施しています、毎日ラジオ体操を是非ご利用下さい。(平日9:30〜10分ほど)

ヨコのカギ

1. 子どもにとってうれしい正月の臨時収入
5. 「菫」と書く。宝塚歌劇団 ♪○○○の花咲くころ〜。
7. 相撲取りのこと。
8. 「土筆」と書く。つくしんぼ。つくづくし。
10. 自分の家にいること。○○○○介護。○○○○医療。
12. 「永久」と書く。
13. イタリア料理の一つ。○○パイ。生地を丸くのばしうえに具材をのせ焼いたもの
15. ロケーションの略。○○隊。現地○○。
16. 調味料の一つ。手前○○。○○汁。
17. 鶴と亀。○○○○算。
19. 「栗鼠」と書く。きねずみ。
21. 現在の高知県で坂本龍馬の出身地。
22. 十二支の第5番目。○○のおとし子。
23. 相撲で化粧まわしを付けて円形にならぶ所作事。幕内○○○○○。
25. ロー (low) ⇄ ○○。○○ブリッド車。
26. 子どもの役者。本田望結・芦田愛菜など。
27. 家と家の間の細い道。○○裏。
28. 正月の一日または二日の夜見る夢。
29. 「紅玉」ともよぶ赤色の宝石。○○○の指環。

タテのカギ

1. スポーツの祭典、東京 2020○○○○○○○。パラリンピック。楽しみですね。
2. 学名、ニッポニア・ニッポンの鳥。佐渡が有名。
3. 12星座の一つ。7/23〜8/22に生まれた日の星座
4. キノコ的一种。"香り○○○○・味しめじ。○○○○の土瓶蒸し。
5. 酢飯に海産物などをのせて食べるもの。回転○○。
6. この前の元号は平成。今年は○○○2年。
9. かけ算の基本。○×○=81
11. 衣服などの色合い。色の調子。
12. 「屠蘇」と書く。一年間の邪気を払い正月に飲む縁起物の酒。
14. 「笹」と書く。細かく割った竹などを編んだいれもの。○○そば。
16. 未婚の女性。○○⇄ミス
18. 会員が出し合う費用。○○○を納入する
19. 廃棄物を回収して再利用すること。○○○○○ショップ。
20. 元旦に富士山を眺めること。
21. 何かあったその夜。今夜の別名。○○○湖 (北海道)。
23. 首都はベルリン (の壁)。ピール・ソーセージで有名な国。
24. 目だけ動かして横をみること。ながし目
27. ハイ (High) ⇄ ○○。○○コスト。○○ギア。

八王子市シルバー人材センター 2019年主な行事写真集 ～ご協力ありがとうございました～



2月 ハンドマッサージ講習会



2月 夢街道駅伝ボランティア



6月 定時社員総会



8月 三役会で石森市長表敬訪問



8月 東部交流室開所式



8月 女性懇談会



8月 班長・副班長研修会



9月 やさしい体操



9月 市施設環境ボランティア



9月 認知症サポーター講座



10・11月 地区懇談会



10月 いきいき活動展



10月 にこここフェア



11月 入会三年目研修会



11月 いちよう祭りPR活動・清掃ボランティア

令和二年明けておめでとうでございます。昨年、自然災害・国内外の事件事故で暗い一年でした。皆様には如何でしたか。でも今年、待ちに待った五十六年ぶりの東京五輪。それでも、それなりに問題がありました。もう嫌なことはすっかり忘れてこれを機に明るい楽しい一年にしていましょ。

編集後記 広報委員会

令和二年明けておめでとうでございます。



11月 顧客訪問活動スタッフ



年度4回 新入会員説明会
地区会議



年5回 高尾山に登る会