

## シルバー事業の理念

「自主・自立・共働・共助」

1. 共に働き共に助け合って  
いくことを目指します
2. 地域社会に活力生み出し、  
ひいては地域活性化に  
つなげていきます
3. 豊かで積極的な高齢期の  
生活と社会参加による  
いきがいの充実を図ります



第44号

公益社団法人行田市シルバー人材センター 行田市旭町13-24 Tel 048(556)5221



(提供 福原会員)

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、穏かな新しい  
年をお迎えのこととお慶び申  
上げます。

シルバー人材センターは地  
域に根ざした活動がなにより  
大切です。今年もフレイル予  
防及び熱中症対策の出前講座  
を市内各所で開催する予定で



理事長 紺野 仁

「新たな年を迎えて」

「ごいいます。」

本年も「自主・自立・共働・共助」の理念のもと、高齢者の生きがいづくりに向け一層努力してまいります。

また、安全就業の徹底を最優先に、安心して安全第一で、より良い就業環境づくりに努めてまいります。

皆様のご健康とご活躍をお祈りするとともに本年も変わらぬご協力をお願い申し上げます。



「うどん打ち大会」

は大盛況です。

11月22日(土)、うどん打ち大会を行いました。早朝より栗原会員の指導の下、額に汗をにじませながら奮闘。手打ちうどんが出来上がりました。大釜でゆで上げ、手づくりの麺つゆでいただきました。皆さん、満面の笑みで打ち立てうどんの美味しさを味わっていました。



うどん打ち大会集合写真



ゆでる



延ばし



食べる



切り

「秋の口帰りバス旅行」

10月22日(水)、秋の親睦旅行で上田市生島足島神社・戸倉上山田温泉・小布施街並み小径散策に行つて来ました。

ホームページ (HP)「センターからのお知らせ」欄より

(ホームページの二次元コード、URL からご覧ください)

- 12.25 会員の皆様からの家 介護者教室「メタ認知を保つために」
- 12.9 会員の皆様からの声「パークゴルフクラブ活動報告」
- 12.9 「月刊シルバー人材センター」ご紹介 2025.10~12
- 11.11 会員の皆様からの声「帯解(おびとき)の儀に思う」
- 11.11 会員の皆様からの声「歴史・文化サークル」
- 10.31 会員の皆様からの声「安全就業研修について」
- 10.1 会員の皆様からの声「古文書愛好会のご紹介とお誘い」

令和8年新年懇親会のご案内

令和8年2月2日(月)

会場 ふじみ鮎(正午開宴)  
事務局へ申込(23日迄に！)

一神を祀る神社は 金運・開運等のご利益。温泉で昼食と入浴。小布施で買物等をして帰路。バス中ではゲーム等で盛り上り親睦を深めました。


<https://gyodasc.or.jp> (ホームページ)

注)記事の中でホームページを HP で表しています。



「介護に関する入門的研修」  
(4日間)に参加しました。

行田市主催の研修に当センターから3名の会員が参加しました。(以下 参加報告)

私は後期高齢者の2年目です。いまのところ元気な老人ですが、いずれ老老介護などの現実に向面します。介護を受けるにしても、また介護をするにしても、介護の知識が必要と思い参加しました。

高齢者数は全人口の約30%です。私達はフレイル予防教室の「運動・栄養・社会参加」を実践し長期にわたり健康維持をしたいものです。

研修の前半は障がいや認知

症の理解から始まり、介護者の取組み方、患者の症状、特に認知症当事者の気持ち、認知症の方との接し方、話し方の内容が印象的でした。

後半は介護保険制度の介護サービスの流れ等。また、車椅子の使い方、介護者の腰痛予防等が学べました。

参加無料 主催：行田市  
～介護のいごとを楽にするなら行田市で！～

**介護に関する入門的研修**  
&  
おしごと相談会

参加者大募集

(詳細はHPをご覧ください)

参考)市報ぎょうだ 10月号情報  
ウォーキングの歩数別効果  
・2000歩 寝たきり予防  
・5000歩 認知症予防

## 令和8年 ウォーキングクラブ活動計画

- 3月14日(車)森林公園緑道～梅林公園(梅見頃)、他  
28日(JR)武蔵浦和～花の緑道～別所沼公園、他  
4月11日(車)鴻巣/竹林公園～桜並木道～元荒川(遊)、他  
25日(JR)大宮/岩槻～芳林寺～時の鐘～岩槻城址、他  
5月9日(車)吉見観音～八丁湖一周～ポポロ山、他  
23日(秩鉄)長瀬/宝登山神社～花びら草丘～岩畳、他  
6月13日(車)館林/菖蒲園(見頃)～城沼一周、他  
27日(JR)北本/自然観察公園一周・学習センター、他  
9月12日(古墳)將軍山古墳～心行地蔵尊～旧忍川(遊)、他  
26日(車)高坂物見山公園～JAXA 宇宙観測所見学、他  
10月10日(車)森林公園一周(ツバキ・畑他見頃)、他  
24日(車)吉見百穴見学～岩殿観音～大沼(遊)、他  
11月14日(車)加須はなさき公園(仔ゆ・黄葉)茶話会、他  
28日(JR)大宮民族博物館～見沼緑道～川の森、他
- 注)集合/出発 他  
①(車):古墳公園 8時50分集合、(JR):JR行田駅に9時集合、(秩鉄):秩父線持田駅発9時9分  
②7月、8月、12月、1月、2月は休会です。  
③詳細は紙で発行の計画を参照(切符、車代、弁当等)

「フレイル予防教室」(HPより)

①サポーターのブラッシュアップ研修、12月4日(木)に当センターから7人が参加。他市シルバーとの交流や新カリキュラムを学びました。

②行田ケーブルテレビの正月番組「あけおめ」に収録は12月5日(金)に行い、当センターのフレイル予防教室の活動をPRしました。

「いきいき美容教室」を開催

10月6日(木)、資生堂の小島智子講師より、スキンケアを教えていただきました。中でも参考になったのは眉メイクで今まで使用していたペンシル型からパウダー型に変更しました。お話によると認知症の方が美容教室に参加すると明るく前向きな気持ちになります。お化粧ついでですね。



「商工祭・忍城時代まつり」

11月9日(日)開催のイベントに、当センターからはシルバー農園(野菜)とハンドメイドショップむつみ(手づくり小物)が出店販売。あいにく天候は小雨でしたが、大変盛況。出店に参加された皆さん、お疲れ様でした。(HP参照)



「ここに人あり」第3回

今回は、令和8年の年男・年女の皆さんをご紹介いたします。22名の方がいらつしやいました。3ページ目に皆さんの名前や抱負などを掲載しましたのでご覧ください。

就業現場の  
安全巡回便り

- ①個人宅(剪定2名、輸送1名)、場所は通りの端だが道具が整理され安全に作業実施。  
②介護施設(除草作業、週3回4名)、駐車場出入り口付近の植込み場等の除草(蜂に注意)。敷地が広い為、優先順位

を決め推進。防寒対応や膝当て等がされ作業を実施。

「こんなところに行田市の歴史・文化あり」第4回

「歴史・文化サークル」より今回ご紹介するのは「長光寺」です。

須加の松雲山長光寺は鎌倉時代から戦国時代に存在した須加城跡に、文禄2年(1593)に開山した曹洞宗の寺院です。明治から昭和にかけて活躍した俳人・川島奇北の菩提寺で、句会も定期的に開かれ、利根の俳句の寺といわれています。

境内には市内7カ所ある芭蕉句碑(あの雲は稲妻をまつたよ)哉もあります。5代將軍徳川綱吉の生母、桂昌院ゆかりの阿弥陀堂もあり、(HP参照)



「HPの運営」「広報誌の編集」に参画する方を募集(事務局へTel)♥特に女性の方のおチカラをお貸しください



令和8年

年男・年女

うま  
「午年の年男・年女の皆さん」のお名前(抱負なども)

令和8年の年男・年女の皆さんは22人です。内、承諾をいただいた17人の方をご紹介します。皆さんの日頃のご支援ご協力に感謝申し上げます。  
午年生まれの運勢は、馬のように「飛躍」、「成長」や「勝負運」の象徴とされ、物事が最高潮に達する「エネルギーの充実」を意味します。令和8年は行動力や前向きな姿勢で大きなチャンスをつかむ良い年に！



掲載場所順(右→左/上→下)、掲載順(会員番号の古い順→寄稿文有りの方→お名前の方)、顔写真 掲載のご希望はありませんでした。



石川 幸男 会員



仕事を長年やり、健康第一だと思ってきました。今はグラブゴルフをやりメンバーの中では最年少です。先輩のプレーを見てスポーツを頑張りたいと思いまし



荒井 幸子 会員



いつも大変お世話になっております。健康で仲間と楽しく活動できることに感謝しています。今後共よろしく願います。



管野 秀信 会員



健康・仕事の作業にアイデアを。



吉田 一弘 会員



野口 達也 会員



中野 一彦 会員



健康維持の継続と、安全第一で作業する。



佐藤 トミヨ 会員



遠藤 正光 会員



青木 良子 会員



植木 典任 会員



鷹野原 勇 会員



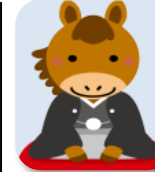
藤本 節雄 会員



柿沼 正明 会員



木村 春枝 会員



相川 秋男 会員



細野 京子 会員



竹ノ谷 伸男 会員

