



シンボルマーク

四日市市シルバー人材センター会報

# 虹の橋

第90号

発行  
公益社団法人  
四日市市シルバー人材センター  
四日市市十七軒町9番10号  
(059) 354-3670

発行日  
令和8年1月1日

## 明るく元気で信頼あふれる シルバー人材センターをめざして



### 目次

- ◎表紙
- ◎理事長新年挨拶
- ◎年年生まれの会員のみなさま
- ◎互助会 会長新年挨拶
- ◎互助会長浜シルバー人材センター視察研修
- ◎互助会グラウンドゴルフ大会案内
- ◎会員互助会フェスティバル2025
- ◎秋の親睦旅行
- ◎大正琴サークル慰問演奏会
- ◎秋のボランティア活動
- ◎女性部の活動紹介
- ◎令和7年度フォローアップ研修のお知らせ
- ◎「子育て支援講習」が開催されました
- ◎Smile to Smile 会員専用サイト
- ◎女性部 自転車の交通安全教室
- ◎保健師さんに聞きました
- ◎事務局報告

- 1
- 2
- 3~6
- 7
- 7
- 7
- 8
- 8
- 8
- 9
- 10
- 10
- 10
- 10
- 11
- 11
- 12

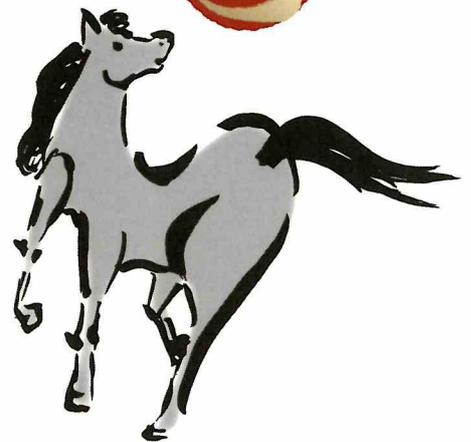
### 神前神社(かなぎきじんじや)

伊勢神宮と神前神社のゆかりは、式年遷宮「お木曳き」の一行が木曾の御杣山(みそまやま)の御神木運搬途上に立ち寄ったことにあります。本神社は三滝川沿いに鎮座し高角の御厨(みくりや)<sup>注)</sup>にあたる社で、明和の頃より外宮の遷宮ごとに古材を拝領し、鳥居・社殿の一部を建立しています。創立は古伝に「延喜5年(905年)丑2月吉日」と伝えられており、主祭神は天照大御神、建速須佐之男命(たけはやすさのおのみこと)を配祀されています。次回式年遷宮は2033年に予定されています。

注)「御厨(みくりや)とは、神饌(神に供える食べ物)を用意する台所で、元々は神饌を準備する建物を意味します。

会員数(令和7年11月30日現在) 1,374名(男性 903名、女性 471名)

謹んで新年の  
お慶びと  
申し上げます



理事長 竹野成記

新年、あけましておめでと  
うございます。

会員の皆様をはじめ、地域  
の皆様、関係機関の皆様には、  
旧年中も当センターの活動に  
ご理解とご支援を賜り、心  
より御礼申し上げます。

昨年は、物価の上昇や気候

の不安定化、国際情勢の緊迫  
など、私たちの暮らしに多く  
の影響を及ぼす一年となりま  
した。そうした社会情勢の中  
で、地域に根ざした活動を通  
じて、支え合いの輪を広げて  
いくことの大切さを改めて実  
感しております。

このような時代にあつて、  
私たちの役割や組織の在り方  
も、今一度見つめ直す必要が  
あると感じています。

現状に甘んじることなく、  
守りに入らず、変革を恐れず  
に挑戦を続ける組織でありたい  
と考えております。社会や  
経済の動向、情報環境を的確  
に捉え、柔軟かつ迅速に対応

する力を高めながら、時代の  
要請に応えるセンター運営を  
心がけてまいります。

また、会員の皆様が安心し  
て活動できるよう、健康管理  
や安全対策にも引き続き力を  
注いでまいります。多様な働  
き方や新たな就業形態にも対  
応し、誰もが自分らしく活躍  
できる場を提供することが、  
私たちの使命です。

本年も、会員の皆様が笑顔  
で元気に活躍される幸多き  
一年となりますよう、心より  
お祈り申し上げますととも  
に、変わらぬご支援とご協力  
をお願い申し上げます。新年のご  
挨拶といたします。

謹賀新年



- 理事長 竹野成記
- 副理事長 加藤昌弘
- 常務理事 石井保行
- 理事 尾島政明
- 理事 落合ひろし
- 理事 軸丸 浩
- 理事 丹羽 章
- 理事 萩原 誠
- 理事 波多野みさを
- 理事 林 博子
- 理事 堀 登貴郎
- 理事 堀部美代子
- 理事 村岡国久
- 理事 諸戸勝義
- 理事 山下項士
- 監事 松井清司
- 監事 伊藤好人



【理事長挨拶】

千支座談会に午年生まれの昭和17年生まれと昭和29年生まれの皆さまにお集まりいただき誠にありがとうございます。

昭和17年といえますと戦争の真つただ中、娯楽に対する統制が厳しい暗い時代でした。この年に



生まれた有名人は、元総理大臣小泉純一郎さん、女優十朱幸代さん、プロゴルファーの青木功さんがいらつしゃいます。この世代の方々には、ぜひシルバーをリードしていただきたいと思ひます。昭和29年は、自衛隊の発足の年であり、映画「ゴジラ」が上映され、

高度経済成長が始まりました。この年に生まれた有名人は、歌手の松任谷由美さん、元中日監督の森繁和さん、アナウンサーの古館伊知郎さんがいらつしゃいます。この世代の方々にはシルバーの中核の一員として頑張つていただきたいと思ひます。



昭和17年生まれの方



多様な仕事と趣味を活かして

長谷川 貢さん



61歳で退職し、その後ハローワーク相談員・高齢者就業支援機構指導員・三重県庁勤務を経て、69歳からシルバー人材で三滝テニスコート、じばさん三重、四日市テニスセンターと仕事に恵まれました。また、13年間の長きにわたり八郷地区の地区長を務めさせていただき、地区のみなさんに支えられ、事故もなく無事に次の地区長に引き継げたことに感謝しています。勤務していた会社が自己破産し、経理担当役員だった私が最後まで残務整理を行ったことで管財人弁護士より労いの言葉をいただいたことは、良き思い出です。現在84歳ですが銀球会で趣味のゴルフを楽しんでいます。今後は消防官採用試験の試験官に従事出来たらと思ひています。高齢になると仕事のできる機会が少なくなり、退会される会員が多い。80歳または85歳を超える会員には、年会費を半額にしてはどうでしょうか。



坂下 幸代さん

健康で仕事ができることに感謝して

母の介護を終え、シルバーに入会しました。早速お仕事を紹介して頂き感謝しております。現在の仕事は、幼稚園で園児達が帰った後、教室内外の清掃をしています。園児たちから「ありがとう」のお礼を言われるのが最高の喜びです。趣味は、ちぎり絵教室で作品を作るのと手編みの編み物やカラオケです。月に一度友達とランチする事が楽しみです。この年齢で、畑仕事やシルバーの仕事ができる事に感謝しています。



古川 正見さん

大矢知地区のみなさんに感謝

私は62歳のときに知り合いに勧められてシルバーに入会しました。私は霞の野球場で就業し、自分の言葉使いが悪く会話していると怒られている様だと勘違いされてしまう事が多々ありましたが、大矢知地区の会員の皆様のお陰で地区長を12年間も務めることが出来ました。趣味は、単車に乗ることで、16歳で免許を取得し、県外へのツーリングを楽しみました。滋賀県琵琶湖方面へ出かけた時、現地で警察官による検問を受け、タバコが見つかり、その後親から単車に乗ることも禁止された苦い思い出があります。



森本 千城さん

まだまだ、これから

私は、平成24年から現在まで12年間近鉄四日市駅の周辺で旅行会社の点呼の仕事をしています。子供のころから健康で病気で学校や仕事を休むということはほとんどありませんでした。つい最近まで70、80歳になっても、中身は50、60歳代と少しも変わらないと思っていました。足が少々不自由になり、私にも年寄りを感じする時がとうとうやってきました。テレビで、山奥の一軒家で、一人元気に生活して居られるお年寄りもいるのを見ながら、元気を貰っています。私もやりたい事がまだあります。さあ!!これからも頑張ります。



堤 剛宏さん

地区長や互助会役員と良い経験でした

定年退職後(68歳)一年程ブラブラしていましたが、妻に後押しされて入会しました。霞の運動施設、表具班の仕事、地区長・互助会役員等をさせて頂き、良い経験が出来ました。来年は広島市の平和記念公園に行き、死没者を悼み、平和を祈りたいと思います。趣味として、版面の年賀状を中学生の頃から続けているので、今後とも続けていきたいと思っています。東京の絵の仲間とロンドン、パリへスケッチ旅行をした事が良き思い出として残っています。



北村 昭子さん

辞めることも考えるけれど...

民間の事務所で6年間清掃の仕事をしています。就業先の会社に「信頼しているので、ずっと来てください」と声をかけられると嬉しいですし、張り合いよく頑張つて働こうという気持ちになります。地区のボランティアには参加しています。プールの仲間と花火や旅行など一緒に楽しい時間を過ごすのが嬉しいです。いつまでも健康で過ごしたいと思っています。



浅川 八重子さん

趣味の着物を活かして活躍できたら

着物が趣味で着物を活かしてシルバーで活躍できたらと思い入会しました。現在は、仕事をしていませんが、そんな仕事があれば声をかけて欲しいです。声をかけていただくボランティア活動は参加しています。私にとってシルバーとは、元気で働いている同世代とお会いできる場所です。最近講談に近い『節談説法(説教)』の話を取り込めるようになったと思います。今度催しに参加するので、励んでいます。

青木 房子さん



### 出来る仕事があれば働きたい

78歳迄でパートなどをして現役で働いていました。入会後にすぐに四日市駅前にあるアピタを紹介してもらい5年程就業しました。現在は、何も仕事はしていません。最近では、自宅に引きこもりがちでテレビばかりの生活です。働きたいので、出来る仕事があれば紹介して欲しいです。

### 昭和29年生まれの方



### ピッコロ(子育て支援施設)の 雰囲気がとても良かった

50代の半ばで孫を授かり、その時、子育て支援施設ピッコロに随分お世話になった事がきっかけで、シルバリーの子育て支援で働きたいと思い、シルバリー主催の「子育て支援講習」を受講し、60歳の時に入会しました。在宅託児や文化会館での託児、病院の付き添いなどはじめて経験することはやはりがいを感じました。

たくさんさんのサークルの中で大正琴サークルに入り、気の合う良い仲間にも恵まれ楽しく活動しています。来年もこのサークルを通じて慰問のボランティアも続けていきたいです。

伊藤奈保美さん



荒木 則子さん



### 介護の仕事を通して、日々勉強

退職後、ハローワークで就職活動の一環として「シルバリーの育児支援の講習会」に参加し、小平さんという素敵な講師に出会い入会しました。長年、事務職一筋だった私には新しい世界でした。その後、事務所の人から「介護職員初任者研修」に誘っていただき、小さい子供を追いかける仕事から介護の仕事へ移行しました。今まで利用者様30人ほどの訪問介護をさせていただきましたが、日々勉強になることばかりで感謝しています。100歳のおじいちゃんが、私の訪問を待っていてくれるのを感じましたし、またわがままで手を焼いていたおじいちゃんがこやかに「今日わしの誕生日や」と伝えてくれたことは今も覚えています。利用者の方が施設に入られたり、亡くなれたり、別れが急に訪れる喪失感を感じることもあります。ゆく年とはとめられませんが頑張っていきたいと思います。また、フラダンス同好会を通じて、高齢者施設を訪問し、皆さんに喜んでいただけたことが練習の励みになります。

### 趣味に追い回される日々

服部 一孝さん



60代にどうしてもしておきたい事が二つありました。バイクでヨーロッパを旅することとドラム(楽器)を習得することです。事務局長を退職した後ヨーロッパに行ってきました。同時にドラムを習い始めドラムをたたく毎日です。

現在は、毎日毎日趣味に追われています。警察犬訓練所でバイトした経験から犬の散歩は私にとっては訓練です。スロットカーの会にも参加し、仲間と競ってやることも面白いです。互助会の作品展に出展するために、写真を撮ることも励みになります。月刊シルバリーに毎月投稿しています。一度やったらおもしろくなって、次に何を書こうかと考えながら生活していると日常の気づきや会話が楽しくてしょうがないです。

互助会に対して、文化的なサークルを人数に関わらず、増やすことを検討していただきたいです。

### 第二の人生の小さな二歩



山口眞智子さん

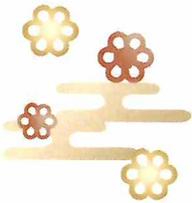
難病を抱えた主人を8年間介護し、経営していた会社を清算、今までは会社のため、主人のために働いてきたので、これからは自分のために働きたいと思い、65歳で入会しました。自分は何ができるかを考えた時、ヘルパーの資格も持っていますが、生まれ育った農家の仕事に近い仕事を選びました。これはきつい仕事だと言われましたが、私は農家の娘ですからなんでもしますと強気で臨みました。入ってみるとチームのみなさんがすごく温かくて、先輩方、仲間たちと人生のいろんなお話が聞けることが本当に楽しみで6年も続いている要因だと思います。お金ではなくいろんな楽しみがあるこの仕事を選択したことは、第二の人生の小さな一歩になったと思います。自分で生活サイクルを作り、毎日楽しく、元気に暮らしているように頑張っていきたい。今がまままで一番過ごしやすい時間を過ごしていると感じています。

### 生き甲斐は趣味と身体づくり



長谷川裕子さん

万古焼の仕事をしていたのですが、火災に遭い廃業に至りました。災禍を乗り越えた後、シルバー人材を知り64歳で入会しました。現在は、直接雇用でパートの仕事をしていきます。手作りサークルで教えていただきながら編み物や作品作りをしています。サークル活動はずっと続けていきたいです。最近歩こう会にも入り、身体づくりにも前向きな生活を送っています。趣味を生活の中に取り入れて人との関わりを大切にし、その輪を広げられたらと思っています。同好会活動をもっとたくさんの方に知っていただきたいと思っています。



### シルバーとは高齢者のセーフティネット



吉川 保雄さん

銀行を65歳で退職。一念発起して社会保険労務士の資格を取得しましたが、この資格を活かした再就職はできませんでした。シルバーに入会して工業用水の漏水を巡視する仕事を紹介されました。巡視のコースを覚えるのに一年間苦労しました。『仕事とは客先に喜ばれること』を念頭に、幾つになっても学ぶ事の大切さや有難さを感じつつ、就業しています。私にとってシルバーとは最後の砦だと思います。人生の想い出は、銀行勤務時代にATMコーナーの解除を忘れて仕事をし、帰ろうとした時に、パトカーと機動隊にとり囲まれ、腰を抜かしそうになった事です。

皆様の健康とご多幸と  
心よりお祈り申し上げます



### 千支座談会を終えて



石井事務局長

午年生まれの会員の皆さまは116名いらっしゃいます。本日参加いただきました14名の皆さま誠にありがとうございます。お一人、お一人のシルバーでの経験談をお伺いしてみなさんが四日市市シルバーでいきいきと活躍されていることに感動しました。入会当初は、様々な困難もあったと存じますが、長い間当センターを盛り上げていただき感謝申し上げます。

# 「健康で、明るく楽しい会員互助会」を 進めてまいります

会員互助会  
会長 瀬古 認



新年あけましておめでとうございます。

互助会会員の皆様方には、希望に満ちた年になることを祈念いたします。進んで身体を動かし、楽しく安全な職場を作り上げて頂きたいです。今年こそ無事故、無災害を目指します。

互助会では積極的に地元でのボランティア活動を進めています。又、地区の親睦会の開催、自身の健康管理のため、『人間ドック受診』にも助成金支給をしております。互助会には、17同好会があり、練習成果を「作品展」、「フェスティバル」と企画し、盛大に開催して頂き大勢の人に足を運んで頂きました。

健康講座として「グラウンドゴルフ大会」を四日市ドームで行います。参加者は走り回り真剣に、楽しい時を過ごします。秋にはバスを利用して「親睦旅行」を行っています。長く続けられる互助会を目指し、皆様のご協力をお願いします。

視察  
研修

## 長浜市 シルバー人材センターへ

令和7年11月18日(火) 理事長・会長はじめ幹事等21名で、滋賀県長浜市シルバー人材センターへ視察研修にバスで出かけました。

現地では理事長・事務局長さんたちに迎えられ、あいさつ・自己紹介のあと研修会が始まりました。

はじめは事務局長さんから長浜市シルバー人材センターの概要説明がありました。とても詳しい、かつ分かりやすい資料をもとにした説明後に質疑等がとても活発になり、有意義な研修会になりました。特に会員を増やす工夫、女性会員を増やす工夫は参考になる点が多く、今後の四日市の取り組みにも活かそうです。

研修会の後は、長浜の観光地で昼食をいただきました。

そして食事の後は、歴史街道である北国街道沿いに、黒壁スクエアや曳山博物館などを散策し、小雨の古都を楽しみ帰路に着きました。



## 健康講座 第9回グラウンドゴルフ大会の参加者募集

- 開催日時 令和8年3月6日(金)13時～16時00分
- 開催場所 四日市ドーム(霞ヶ浦緑地公園内)

競技前に高齢者向けストレッチ体操を市の高齢福祉課・理学療法士さんにご指導いただく予定です。

- ・当シルバー会員のみでの大会です。
- ・賞品及び参加賞を多数用意しています。
- ・同封の申込書にてお申し込みください。多くの方々の参加をお待ちしています。
- ・道具をお持ちでない方、クラブ・ボール・マーカ―等は用意します。

ルールは簡単ですので、はじめての方も気軽に参加してください



### 会員互助会フェスティバル2025 9/12

平成28年に始まったフェスティバルも9回目となり、市文化会館で開催され、5つの同好会が日頃の練習の成果を発表しました。

大正琴サークルは「瀬戸の花嫁」など70年代の懐かしい曲を演奏しました。カラオケ喜楽会は「大阪恋めぐり」ほか3曲を歌い、フラダンスサークルは衣装や髪飾りを変えて4曲を踊りました。詩吟くらぶ同好会は発足して5年になり、季節の詩を一人一人吟じました。コーラス同好会ほほえみは『四季の歌』など女性二部合唱を披露し、最後は会場全員で「いつでも夢を」を合唱してフェスティバルを締めくくりました。また、特別出演として二胡奏者梁天任さんによる独奏を聴き盛り上がりました。幕間では司会進行のCTYFMの大場アナウンサーによるインタビュアがあつて同好会の活動内容などをPRしました。



コーラス同好会ほほえみ



大正琴サークル



カラオケ喜楽会



詩吟くらぶ同好会



フラダンスサークル

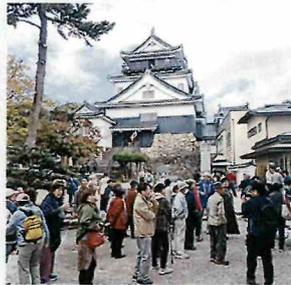


特別出演梁天任二胡独奏

### 秋の親睦旅行 11/3

参加者113名、バス3台の親睦旅行は好天に恵まれ、「岡崎城公園自由散策」と「蒲郡オレンジパーク」の旅を楽しみました。

刈谷パーキングで合流し、岡崎城公園を目指しました。次にまるや八丁味噌を見学しました。味噌すくい体験では2キロを超える人もいました。そのあと蒲郡に向かいました。昼食はオレンジパークで浜焼き御膳と各人の飲みものを楽しみました。カキの殻とサザエのつぼ焼きに苦労しましたが、お腹は一杯になりました。その後、裏山のみかん狩りに行き、日本三大稲荷の一つ豊川稲荷で参拝自由散策。後、近くの「ヤマサのちくわの里」でお土産を買って帰路につきました。車中では、ビンゴゲームなどをして過ごし、楽しみました。



### 大正琴サークル 慰問演奏会 9/11

今年もデイサービスセンター「サクラさくら」からご依頼いただき、9月11日メンバー揃って大正琴の演奏をしてきました。

お年寄りの方々は大正琴の音色に合わせて体をゆらし、また懐かしい唱歌や歌謡曲には演奏に合わせて歌われていました。サザエさんの曲に合わせて手遊びをして、皆さんに喜んで頂きました。表情が明るくなられていくのを見ると、演奏する私たちも音楽は素晴らしいと実感して幸せな気持ちになりました。



## 秋のボランティア活動

今年は猛暑日が過去最多となり、各地で40度を超える日が何度も観測されました。そんな中、秋のボランティア活動が始まりました。

9月下旬から10月一杯天候不順となり、天気予報を気にしながら活動をして参りました。地元の幼稚園などでどうしても日程の変更ができない場合もあり、雨の中にもかかわらず除草作業を行いました。予備日を設けていても、その日の天気が悪いと参加者が減ることもあり、悩ましいことでした。

しかし作業が終わった後を見ると、何とかホッとして肩から力が抜ける気持ちになりました。

サッパリときれいになり参加者は気分よく、喜ぶ園児の姿や地域の方々の思い浮かべました。今後も多くの会員の皆様の参加をお願いします。

月/日	地区名	参加者	実施場所	活動内容	参加率
9/27	海蔵地区	20	海蔵保育園	除草、剪定	39%
9/27	大矢知地区	13	大矢知幼稚園	除草、清掃	20%
10/4	四郷地区	15	四郷保育園	除草、草刈、低木剪定	12%
10/5	川島地区	21	川島駅前ロータリー	除草、清掃	44%
10/5	楠地区	18	楠地区市民センター	除草、清掃	20%
10/11	塩浜地区		塩浜地区市民センター	低木剪定、除草、清掃	
10/11	日永地区	9	泊山幼稚園	除草、剪定、清掃	12%
10/11	県地区	9	あがた保育園	除草、低木剪定、清掃	32%
10/11	小山田・水沢地区	24	小山田小学校 水沢通学路	除草、低木剪定、清掃	42%
10/12	下野地区	15	下野中央こども園	除草、清掃	34%
10/12	河原田地区	4	河原田保育園	除草	33%
10/18	常磐地区	18	常磐地区市民センター	除草、低木剪定	20%
10/18	神前地区	14	神前こども園	除草、清掃	40%
10/18	内部地区	22	内部保育園	除草	31%
10/18	富田地区	11	富田こども園	除草	27%
10/18	橋北地区	11	橋北地区市民センター	除草、低木剪定	33%
10/25	大矢知地区	15	大矢知地区市民センター	除草、清掃	23%
10/26	桜地区	13	桜地区市民センター	除草、垣根剪定	21%
11/1	保々地区	9	保々こども園	除草、側溝掃除	38%
11/2	八郷地区	19	八郷地区市民センター	除草、草刈、低木剪定	28%
11/8	羽津地区	20	羽津幼稚園	除草	40%
11/15	三重地区	33	三重西学童保育所・坂部保育園	除草、剪定	31%



## 女性部の活動紹介▶▶▶

いつも楽しく活動しています。  
小物づくりは誰でも参加OKです。  
サテライトオフィスにお問い合わせを！  
**TEL (059) 340-0072**

- 小物づくり用の古布があればご提供を  
よろしく願います。

女性部のつどい 催し物の企画

エキサイトバザールへの小物づくり



ティッシュケース・ポシェット・帽子・アームカバーなど

## 子育て班 令和7年度 フォローアップ研修の お知らせ

令和7年度フォローアップ研修を実施いたします。

外部講師をお招きし、特に0・1歳児についての知識を習得することを目的としています。

託児の業務に携わる中で、万が一の事故が起こらないよう研修を通じて会員一人一人が積極的に知識のアップデートをしていきましょう。

**日時** 令和8年2月10日(火)  
13:30~

**場所** 四日市市シルバー人材センター  
3階 会議室

研修詳細は、1月に封書にてお知らせします。

## 「子育て支援講習」が 開催されました

令和7年11月11日~14日に三重県シルバー人材センター連合会主催の子育て支援講習が開催され、10名が参加しました。この講習は託児での就業を希望する方のために年1回開催されます。3日間の座学を終え、最終日はクリスマスリースの工作とピッコロを訪問しました。



## 会員専用サイト Smile to Smile

の方にご利用いただくことで、センターと会員の連携が強化されると考えております。まだ、未登録の方は、ぜひご登録をお願いいたします。

尚、登録に不安のある方は、毎月「登録お手伝い会」を開催しておりますのでご参加ください。  
(日時に関しては電話等でお尋ねください)

Smile to Smileを登録するとスマートフォンまたはパソコンから会員専用サイトへアクセスして情報閲覧できます。いつでも、どこからでも大事な情報が見られるようになります。

## 女性部主催 自転車の交通安全教室

### 自転車も2026年4月1日、交通反則通告制度開始

来年4月より自転車の交通ルールが変わることをご存知ですか？  
安全運転のために正しいルールを学び、ルールを守って、楽しく乗りこなしましょう！

と き	1月26日(月) 13:30～
と ころ	当センター3階会議室
講 師	四日市市交通安全指導員 とみまつ隊
申 込	サテライトオフィス TEL 059-340-0072
受 付	9時30分～15時30分 1月5日(月)、7日(水)、9日(金)、14日(水)、 16日(金)、19日(月)
締切日	1月19日(金) <b>先着20名様</b> 参加は男女問いません。



申し込みの際は、会員番号、お名前、電話番号をお伝え下さるようお願い致します。

保健師さんに聞きました

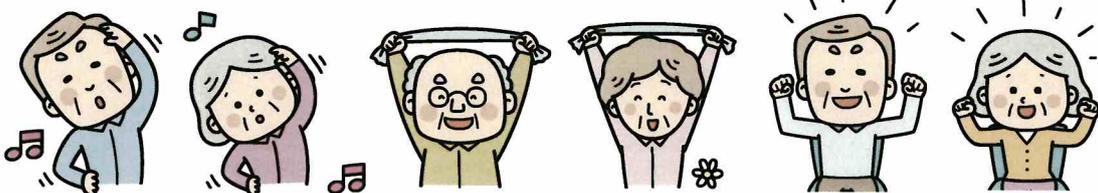
## 前向きで楽しい一年にしましょう

新年は新しい習慣を始める絶好のタイミングです。年を重ねた今だからこそできることがたくさんあります。小さな一歩を踏み出して、やりたいと思っていることにチャレンジしてみてもいいのではないでしょうか。

緩和医療専門医の天津秀一著「死ぬときに後悔すること25」には、終末期のそれぞれの患者が吐露したやり残したことが集約されています。後悔することの中には「健康を大切にできなかったこと」「自分のやりたいことをやらなかったこと」「愛する人にありがとうと伝えなかったこと」などが記されています。

何か始めるのに遅すぎることはないので、健康で長生きして悔いが少ない人生を送ることを意識してみませんか。まずは、無理なく楽しみながら取り組める健康習慣を取り入れて、一度きりの大切な人生を前向きに楽しく過ごしていきましょう。

皆様にとって2026年が健康で笑顔の多い一年でありますように。



## 新規就業者を募集

### 運動施設や公園などの公共施設で就業しませんか。

《急募》短時間就業の公園トイレ清掃、近鉄、JR、あすなろう鉄道沿線の駐輪場整理と清掃

◆就業期間：令和8年4月1日～1年間(更新あり)

◆申込締切：令和8年1月16日(金)

令和8年4月1日に78歳未満の方を募集しています。皆様の積極的なご応募をお待ちしております。新規就業場所の受付管理業務等も追加される予定です。面談の日時を順次郵便にてお知らせいたします。ただし、民間事業所を辞めて応募はできません。詳細は、別紙の募集要項及び申込書をご覧ください。

## ありがとうございました

### ■特定公益増進法人寄付金

7件 150,000円

当センターの事業にご賛同いただき、令和6年度上期に寄附を頂戴した皆様をご紹介します、お礼とさせていただきます。

四日市商工会議所、(株)四日市事務機センター、宇佐美商店、鈴木清逸、(株)ハヤシヤ商事、四日市自家用自動車協会、(株)大久保商会 (敬称略)

### ■賛助会員様

22件 220,000円

本年度も下記の団体・事業所様が賛助会員にご加入いただいております。

阿竹印刷工業(株)、イオンリテール(株)東海長野外商部、宇佐美商店、(株)大久保商会、岡田工業(株)、(株)黒川農薬商会、コスモ電子(株)、三泉商事(株)、三陽化成(株)、(株)神広エージェンシー、新陽工業(株)、第一観光(株)、東海出版(有)、馬場農機、(株)ハヤシヤ商事、富士印刷(株)、(株)ベル、三井住友海上火災保険(株)三重支店、四日市自家用自動車協会、(株)四日市事務機センター、四日市市社会福祉協議会、四日市商工会議所 (50音順 敬称略)

## 配分金・賃金の支払い日のお知らせです

配分金	1月15日(木)	派遣賃金	1月23日(金)
	2月16日(月)		2月25日(水)
	3月16日(月)		3月25日(水)
	4月15日(水)		4月24日(金)

※配分金には消費税が含まれています。(介護事業及びピッコロ就業は除く)

※配分金の就業報告書提出は、毎月月末が締切りです。締切後3日(3日が休日の場合は翌営業日)までに、事務局窓口へ提出してください。なお、配分金明細書の必要な方は、事務局窓口へお越しください。

※振込を指定した銀行口座を変更された場合は、速やかに変更届を事務局へ提出してください。

## 特定健康診査のアンケート返送にご協力を!!

皆さま、健康診査は受診されましたか。ぜひ同封のアンケートにご回答をお願いします。今後皆さまの健康増進のため、指標になればと思います。

## センター緊急連絡先

☎ 070-1202-3725

土曜日、日曜日、祝日と夜間のみ受付。  
就業中の怪我等緊急時のみご利用ください。

## 編集後記

本年は午年、生まれ持った能力などは、特に優れた部分がなくとも、病気やケガなどをしない馬こそが、本当の名馬。それは人も同じで、他の人と比べて特別目立つた才能がないとしても、コンスタントに長く現役で働き続けてくれる人こそ、貴重で信頼のおける人材と言えるでしょう。

明るく、元気で力強い一年になりますようにまた、無理を重ねて身体を壊さないよう、健康に留意され、気をつけてお過ごし下さい。

今年も、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

広報部会 堀 登貴郎

## ご挨拶

業務課長 林 隆宏

2011年11月に入社し、14年が経ちました。この度、業務課長の職を拝命しました。今後ともよろしくお願ひします。

業務課 井上敦子

9月1日付けで入社した井上敦子です。業務課で公共を担当します。よろしくお願ひします。