

シルバー人材センター



シンボルマーク

ニュース

# ゆんたく

〈発行所〉

公益社団法人 沖縄市シルバー人材センター

〒904-2155 沖縄市美原 3丁目1番1号

電話番号 (098) 929-1361

http://www.okinawasisi.com

1月末現在の会員数486人  
(男性323人・女性163人)



## 年始パトロール実施

「健康第一優先の就業活動を」

浜比嘉理事長・大城副理事

業現場を巡回訪問し激励

新年を迎えて最初となる連合と  
合同の安全・適正就業パトロール  
が令和8年1月16日、崎原グルー  
プが就業する南桃原二丁目公園で  
行われた。連合の我那覇指導員は  
「無事故で一年を終えられるよう、  
健康第一を心がけて欲しい。その  
ためには、体力維持のため適度な  
運動習慣を取り入れること、睡眠、  
休息、バランスのとれた食事の摂  
取、サークル活動等で人との交流  
を図ることを実施し、心身の健康  
を保つて充実した日々を過ごすに  
下さい。」と話があった。浜比嘉  
理事長は「日々の作業大変お疲れ  
様です。安全就業には健康が第一  
でありますので、常日頃から、健  
康管理、体力づくりを行い、重篤  
事故は勿論のこと事故ゼロで作業  
に努めてもらいたい」と強調した。

2026

☆☆☆☆ 事務局よりお知らせ ☆☆☆☆

お知らせ



### ◇「配分金等支払証明書」の受取りを。

令和7年1月～12月の間に就業をされた方は、年間の会員業務委託費(配分金)を証明する「配分金等支払証明書」を事務所に準備しておりますので、対象会員はご自身で受け取りをお願いします。

### ◇「今年度会費未納の方」へ。

・令和7年度の会費未納の方は納入の方をお願いします。

### シルバー人材センターの理念

自主 自分のものとして考え

共働 一緒になって働き

自立 自分たちの力で育てる

共助 お互いに助け合う

健康  
予防

「インフルエンザ」

猛暑の影響でインフルエンザが増加？

インフルエンザは例年12月から3月にかけて流行し、とくに1月末から3月上旬に感染者がピークを迎える傾向がありますが、2025年11月末から2026年のシーズンは例年より約1〜2カ月早い時期から感染者が急増しております。インフルエンザが本来流行しない時期に発生する理由としてさまざま理由が考えられますが、早くなった主な原因として、

- ・記録的な猛暑があったため。
- ・訪日外国人の増加したため。(インバウンド)

2025年の記録的な猛暑が、インフルエンザの早期流行を起こす一因となった可能性が高いです。

インフルエンザウイルスは通常、低温・乾燥を好みます。しかし、猛暑による生活環境や体調の変化が、感染しやすい条件をつくり出してしまったと考えられます。

1年の中で最も寒い沖縄の2月となりました。早めの予防対策を心がけることが大切です。

「自らの健康管理が第一です」



こまめな手洗いと咳エチケットで「かからない」「うつさない」

まとめ…

インフルエンザを予防するには…

潜伏期間は1〜4日

- ・インフルエンザの感染経路は飛沫感染と接触感染がある。
- ・予防には手洗い、マスクの着用を。
- ・予防接種は毎年打つ方が効果的。
- ・ワクチン接種しても100%インフルエンザにかからないわけではない。
- ・ワクチンの効果が出るまでには2週間かかる。

- ・手洗い、うがい  
咳や熱などインフルエンザが疑われる方と接触した場合、又は感染してしまった方のお見舞い後は必ず手洗い、うがい。
- ・マスク着用 (咳エチケット)  
病院などの待合室では接触の可能性が高くマスクはできるだけ着用しましょう。
- ・インフルエンザワクチン接種  
インフルエンザワクチンは毎年「季節型」のインフルエンザ流行に合わせて作られます。つまり…ワクチンを接種して予防するにはワクチンを接種した方が良い。

- ・症状：**急激な発熱**ではじまり、咽頭痛、筋肉痛、倦怠感などの全身症状にあわせて嘔吐や下痢などの消化器症状を呈する場合もある。
- ・感染力：**強く短期間**で流行を起こす。
- ・ウイルスの排出：**主に感染者の鼻腔**から排出され、症状出現前から発症後7日間程度(発症3日間が最も感染力が強い)

\*\*\* R7年度 沖縄市【65歳以上】インフルエンザ予防接種について \*\*\*

対象市民(65歳以上)の方は、全額公費負担(無料)で受けることができる、インフルエンザ予防接種をお知らせするハガキ(通知ハガキ)が昨秋より市役所から順次、届いていると思います。

※重要※ (任意です!)

- ・インフルエンザ定期予防接種は、本人の意思で接種を希望する場合のみ、受ける事ができる。
- ・予防接種を受ける前に医師から十分に説明を聞き、理解・納得したうえで、接種を検討。
- ・本人より接種の意志確認ができない場合は、予防接種を受けることができません。

接種料金

※無料(公費負担)で予防接種を受けることができるのは**実施期間1回限り**。  
2回目以降の予防接種は自己負担となる。

接種を受ける際に必要なもの

- ・本人確認書類(健康保険証、マイナンバーカードなど)
- ・通知ハガキ
- ・お薬手帳または健康手帳



【 実施期間：令和7年10月1日～令和8年2月28日 】



# 全国のシルバー人材センター会員の 短歌・俳句・川柳を紹介!

～月間シルバー新年特集号より～



## 短歌

三日後の秋の祭りのウェブニュース  
晴れのマークに準備いそしむ

●仙台市 菱沼 俊行

長い夏うららかなどかさわやかさ

すがすがしいさも体感ぞし

●富谷市 佐藤 英克

奪い合ういのちは元に戻りやせぬ

いのちは一つあれば良いはず

●熊谷市 高橋春美

定年後三倍速で時流れ

あっとい間に後期高齢

●印西市 山田 明

繋がりで生きて活かされ刺激受け

明日に向かって生きる力を

●狛江市 根方 一吉

初春の歌会始め応募せり

シルバー今も夢追い続け

●平塚市 田中 博由

病室の窓辺に立ちて満月(つき)拝む

●中野市 高木武彦

灰かぶり大根丸々桜島

●塩尻市 大塚 協治

綿秋に染まる野山や熊の影

●塩尻市 小野 正平

オレンジに染めしドウダン秋の空

●塩尻市 清澤 美恵子

思いきりよき剪定の空があり

●塩尻市 町田 まよ子

巷には就活といふ冬支度

●明石市 小田 慶喜

独り身の淋しさつのる日向ぼこ

●善通寺市 宮脇 文雄

コスモスを求め三川内展海峰

●佐世保市 横田 辰馬

中秋の名月背中に帰路につく

●佐世保市 阿部 淑子

綿菓子や出店直行秋祭り

●佐世保市 橋口 文字

新米の白飯(しろい)食べて思ひ出(し)

糧(たね)足らざりし戦中戦後

●長岡市 近藤 博

柿食べば小川夕日に照らされて

母にせがみし幼きころか

●福知山市 岬尾 充

刈田へと群れる雀の会話には

物価高など出てくるかしら

●明石市 小田 和子

風と人交わる点に喪美とは

追い風に成る冬の到来

●南あわじ市 小川千富

大和路は風雨の被害免れて

撓(たが)むる稲穂頭(こづへ)を垂れる

●香芝市 高田 尚昭

滝の音白く泡立ち流れゆく

大河の路へ秋の夕べに

●鬼北市 岸本 繁義

今日こそは誰も居ぬ間に障子貼る

●佐世保市 吉岡幸子

早起しグラウンドゴルフ菊薫る

●日田市 星熊主 一郎

カマキリの玉虫捕え眼の強き

●神栖市 安澤 宏介

暖恋し燃ゆる山々カラーパレット

●小山市 塚野 京

古民家の風のぬくもり竹の歌

●本庄市 入 利雄

予定なき日の続きぬし神の留守

●本庄市 長谷川千鶴子

木々の中声かけ合いて茸狩(きのこがり)

●草加市 長谷部 慎子

久々の墓所つつま込む竜田姫

●戸田市 稲田 隆博

いわし雲見えぬ寂しさ秋の空

●東久留米市 小野寺 吉平

秋が過ぎ冬が来たならば歳をとる

●武蔵村山市 原野 晴光

孫達を自慢したがるじいじは

●木津川市 岡嶋 眞澄

四季が今大谷まねて二季になる

●池田市 照内 久

吾もまだトランプさんの三つ下

●東大阪市 足立 幸男

運動会園児に合わずスターター

●稲美町 藤田 定行

手を挙げて挨拶したけど名前出さず

●宇和島市 清家 弘

川柳に出会って老後光り出す

●石巻市 亀山 伸一

同窓会過去のマドンナときめいた

●熊谷市 金井 浩

抱き締めば孫犬猫も皆可愛い

●新座市 阿河 孝雄

挨拶は笑顔で交わす褒言葉(ほめことば)

●鎌ヶ谷市 三浦 章忠

挨拶は笑顔で交わす褒言葉(ほめことば)

●葛飾区 東海洋

## 俳句

## 川柳

# ゆんたく ～会員投稿～

シルバーでの休憩時間は楽しい時間だ。井戸端会議ではなくお茶のみ話である。男性会員は、仕事中は仕事以外の話はほとんどない。しかし、休憩時間は色々な話が出てくる。その中でも面白い話は、配偶者のことだ。若いときは亭主関白的な事をしていたが、60歳の年齢になってくると、逆転して配偶者に「頭があがらない」とのこと。そのため、家にいるより外に出る事がいいが、お金は減っていく。しかし、シルバー人材センターで仕事をする、3つも良い事がある。

「仲間との話し合い」  
「体を動かす」「報酬がある」。  
結論は「亭主、金儲けで留守がいい」である。怪我せず、無理せず、元気でいた  
いシルバー人生である。

会員k. F

## ゆんたく投稿募集中



会員による会員のための広報づくりの一環として「広報ゆんたく」から発信しています。随筆、川柳・俳句からスナップショットなどの投稿を絶賛お待ちしております。

## 安全心得 ～みんなで守ろう十か条～

会員は、就業にあたっては、次の安全心得を守り、作業に従事しなければならない。

- ① 日頃から健康管理に努め、常に健康な状態で就業しましょう。
  - ② (定期健診は必ず受けましょう)  
仕事の前日は、十分に睡眠をとりましょう。
  - ③ (疲労を回復し、気力・体力の充実を!)  
服装・履物・保護具は、それぞれの作業に適したものを着用しましょう。
  - ④ (準備万端に!)  
仕事を始める前には、準備運動をしましょう。
  - ⑤ (アキレス腱をよく伸ばす)  
保護具や器具類は、使用する前に必ず点検しましょう。
  - ⑥ (安全ガード等の不備・不良がないか必ず確認)  
加齢による身体に機能低下を十分確認し、無理をしないようにしましょう。
  - ⑦ (重い物は台車で運搬、手押し台車は手前に引かない)  
仕事をする時は急いんだり慌てたりせず、安全第一を心がけましょう。
  - ⑧ (時間も気持ちも余裕をもって)  
就業現場は、常に整理整頓を心がけましょう。
  - ⑨ (安全作業の基本です)  
共同で作業をする時は、合図・連絡を正確に行いましょう。
  - ⑩ (お互いの安全確認を!)  
行きも帰りも仕事のうち、交通事故に遭わないようにしましょう。
- (交通ルールの厳守・安全確認)

### 入会案内・就業相談窓口について

場所◇シルバーワークプラザ

◇曜日：月曜日から金曜日まで ◇時間：10時～16時まで(昼休みあり)

### 第10回 理事会

第10回理事会が1月20日、シルバーワークプラザ会議室で開催された。

議案第1号「正会員の入会」について、1人(男性1人・女性0人)が承認され、その結果1月20日現在の会員数は487人(男性324人・女性163人)となった。なお、12月の退会者は5人。

令和7年12月実績では、会員数486人で13人の減であるが、就業実人員252人で22人の減、就業延人員1,733人で1,318人の減、配分金約9,755,086万円、約619万円の大増減、契約金額約124万円で約742万円の減となった。

(いずれも対前年同月比)

## 会員大募集

### 2月の予定

- ・13日(金) 午前10時  
連合との安全パトロール
- ・24日(火) 理事会