



発行／公益社団法人 昭島市シルバー人材センター 編集／広報委員会



作者：山田征夫会員 場所：飛行機の窓からの富士山画

〒196-0022 東京都昭島市中神町2丁目32番18号

電話 042-544-7060 FAX 042-543-9272

ホームページ 昭島市シルバー人材センター



会員数

(令和4年12月19日現在)

男性

781人

女性

346人

合計

1,127人



新年のご挨拶

会長 光富 宏規

あけましておめでとうございます。会員の皆様には、新型コロナウイルス感染症により、3年間にもおよび自粛生活を強いられ、大変ご苦労されておられることと存じます。

その中にありましても、シルバー人材センターとしては大過なく事業を継続し、新しい年を迎えることが出来たことに、会員をはじめ職員・発注先など関係者の皆様に心から感謝申し上げます。

さて、新しい年も第八波の到来やインフルエンザの大流行の懸念もあつて、ウイズコロナ、アフターコロナを見据えながらの事業運営を覚悟しなければなりません。

また、今年の干支は卯年です。私事ではありますが7回目の年男になりました。生涯現役を目指す会員の皆様と一緒に「人生100年時代」アクティブシニアの活躍の場として、重要な社会的役割を担っているシルバー人材センターの更なる発展を願い、安全就業と適正就業に配慮し、会員増強と就業機会の拡大を図るため、役員が一丸となって取り組んでまいります。

更に昨年は喜ぶべきこともありましたが、当センターの安全就業への取り組みと、その成果に対して、東京しごと財団より表彰がありました。ここに、会員の皆様の日頃の努力に心よりお礼申し上げます。

結びにあたり、皆様にとりまして、ご健勝で希望に満ちた幸多い年でありましよう、心からご祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。



新年のご挨拶

昭島市長 白井 伸介

新年明けましておめでとうございます。

令和5年を迎えまして、すがすがしいお正月をお過ごしのこととお慶び申し上げますとともに、日頃より市政に特段のご理解とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

昨年も引き続きコロナ禍の中にありましたが、ワクチン接種をはじめとする対策が進み、市でも中止となっていた事業が徐々にではありますが再開され、ウイ



2023年頭に際して

副会長兼総務部会長 栗原 輝雄

会員の皆さまにおかれましては、清々しい新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

依然として収束しないコロナ禍ではありますが、制限された日常生活にも限界があります。しかし、第七波が減少してきたところで、行動制限をしない、インバウンド観光の緩和など、十分な対策があつての緩和であるなら多少納得もいきますが、不安は募るばかりです。健康障害、ストレスなど生活に支障をきたしている方も増えていることが心配されます。

しかし、前向きに活動することはもっと大事です。「ウイズコロナ」対策は長いコロナ禍で習慣化されてきています。

シルバー人材センターの理念である「自主・自立、共働・共助」をさらに皆さまと具体化し、共有化して「仕事」の継続できる喜びとこれからの生活を豊かに、長く元気に楽しく過ごせるよう力を合わせていければ幸いです。仕事を通して会員同士が知り合い、刺激し合い、互いに支え合い、支えている内は元気という訳です。元気な高齢者が集まる場所がシルバー人材センターです。

末筆ながら、本年の皆さまのご活躍を祈念するとともに、これからのシルバー人材センターをより良い場所にするため、お力添えをお願い申し上げます。



ズコロナが市民の皆様に着目しております。

さて、今年の干支は十二支では4番目の「卯」です。干支にちなんだ株式相場に「卯（うさぎ）は跳ねる」という格言があり、景気が上向きになる、回復すると言われていることから、卯年は縁起の良い年として知られています。縁起にあずかり、この一年が皆様にとりまして活力に満ちた良い年となりますよう、期待いたします。

会員の皆様方におかれましては、引き続きこれまでの豊富で貴重な経験を活かし、「高齢者の能力を生かした活力ある地域社会づくりに寄与する」という貴センターの目的のもと、活力ある地域社会の形成にお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、昭島市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員の皆様、ご家族の皆様のご健康、ご活躍を心からご祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



あけましておめでとうございます

昭島市議会議長 三田 俊司

昭島市シルバー人材センターの皆様におかれましては、新年を健やかに迎えのことと、謹んでお慶び申し上げます。

貴センターにおかれましては、就労支援事業を中心に会員の皆様における福祉の増進を図られるとともに、会員個々の能力を生かし、活力ある地域社会づくりに多大なるお力添えを賜わりまして、心から敬意を表し、併せて深く感謝を申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症は、社会活動や就業スタイルに大きく影響を及ぼし、貴センターの事業運営は大変ご苦労されていることと憂慮しております。コロナ禍の終息にはしばらく時間がかかりそうですが、今後も働くことを通じて生きがいを感じ、多種多様な活動等を通して、明るく魅力ある地域社会づくりへ大きく寄与されますよう、皆様の活動にご期待申し上げます。

昭島市議会といたしましても、すべての世代の方が元気に輝き続けることのできるまちづくりに、全力で取り組んでまいります。

結びに、昭島市シルバー人材センターの益々のご発展と、会員の皆様、そしてご家族の皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます、市議会を代表いたします。新年のご挨拶とさせていただきます。



新年を迎えて

常務理事兼事業部長 三浦 武男

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様には、ご家族共々お健やかな新年をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

2023年は癸卯（みずのと）という卯年ですが、飛躍や向上の年といわれているそうですので、コロナ禍が収束して、ふれあい祭りの3年ぶりの開催や、その他の会議体等も元に復するよう、大いに期待したいところです。

そんな中で新聞紙面に高齢者の体力低下傾向が顕著になったとの調査結果の報告がありました。シルバーとしても危惧される情報ですが、特に65歳〜74歳の男性の体力が過去10年で最低とのこと。同時にこの「絶体絶命」状態の言葉あそびで、それは絶体絶命を分解し、糸（いと）色（しき）体（からだ）、糸（いと）色（しき）命（いのち）と読めば、元気がでそう。また、体力作りに遅いということはない。とも紹介されています。シルバー会員各位の体力向上にむけた活動を期待したいと思います。

第四次中期計画初年度を無事乗り越え、2027年に向けて「仕事で育む元気パワー」をスローガンに、会員の就業機会の拡大に向け鋭意活動して参ります。

皆様にとって希望に満ちた多幸の年となり、そして益々お元気に活躍なさるようご祈念申し上げます、年頭のご挨拶と致します。



理事会だより

10月定例理事会（10月31日）

議決事項より一部抜粋

- ・ 会員の入会承認について
（男性9名、女性1名計10名）
- ・ 就業基準に基づく再契約について
（21件、延41名）
- ・ などが承認されました。

報告事項より一部抜粋

- ・ 会長、副会長及び常務理事の職務執行報告について
- ・ 総務部会よりインボイス制度については新たな進展はありませんし、特例措置が期待できなくなることから、当センターとしては事務費率増額の補填で対応していくことになりました。
- ・ 安全管理委員会より令和4年度第1回安全就業巡回点検を令和4年9月20日、21日に実施しました。安全標語等の選考は1人1作品とする。（応募は1人3作品まで）
- ・ などの報告がありました。

11月定例理事会（11月28日）

議決事項より一部抜粋

- ・ 会員の入会承認について
（男性6名、女性3名計9名）
- ・ 就業基準に基づく再契約について
（212件、延985名）
- ・ などが承認されました。

報告事項より一部抜粋

- ・ 事業部会より筆耕講習会（初級）を12月に4日間開催予定です。
- ・ パトロールボランティア実行委員会より10月のシルバーの日（21日）の全体パトロール実施状況を各地区から報告してもらいました。
- ・ などの報告がありました。

12月定例理事会（12月19日）

議決事項より一部抜粋

- ・ 会員の入会承認について
（男性3名、女性3名計6名）
- ・ 就業契約に基づく再契約について
（20件、延49名）
- ・ 令和5年度事務費の額の基準について、現行の5%から6%にする。（インボイス制度対応）
- ・ などが承認されました。

報告事項より一部抜粋

- ・ 総務部会より令和4年度第2回理事・地域班長全体会議及び役員研修は、第1候補令和5年3月10日、第2候補3月9日に開催を予定し、第1回の内容で実施いたします。
- ・ 安全管理委員会より令和4年度第2回安全就業巡回点検を令和5年2月13日、14日に実施予定です。交通安全講習会は令和5年1月16日に開催予定です。令和5年度東京しごと財団安全標語募集はテーマ「健康管理」で1月31日締め切りです。
- ・ 令和4年度中間監査について
- ・ などの報告がありました。

パトロールボランティア活動報告

武蔵野小学校編



宮沢町 石川 正夫

物価が上昇になり、円安で今後どのようなのでしょうか？

私の担当は武蔵野小学校で、青梅線の中神駅から北側へ徒歩15分のところにあり、とても空気の良いところで、校庭は全面芝生ですばらしい小学校です。

運動会はゴルフ場で競技をしているようなものです。

子ども達が下校する時間は曜日によって異なっています。

担当の東門で見守り、子ども達に「さようなら」「気を付けて帰るんだよ」と、声をかけると、「さようなら」と、バイバイして元気に下校していきます。

1年生から高学年の子ども達の背の高さや言葉使いが違っていて、こうした子ども達の成長や変化をみるのも楽しみのひとつであります。

このパトロールボランティアは、私にとって、暑くても寒くても大雨でも、子ども達から元気をもらえるので、やりがいを感じられるものになっています。

これから、子ども達の安全を守り、活動していけたらと思っています。

接遇研修が開催されました

コロナ禍の動向が未だ不透明な部分があるかと存じますが、1回の参加人数を20名に制限し、コロナ対策を万全にして、11月21日と22日の2日間、午前、午後各1回、計4回の接遇研修（接遇力向上研修）が当センター1階会議室で開催されました。今回は民間企業4社、9作業に就業されている78名の会員が対象で、63名に出席頂きました。

講師は合同会社アップグロースの宮澤先生（代表）をお願いし、コロナ対策で、マイクを回しての発表やグループディスカッションは行わず、研修内容は、「サービス業で働く会員の役割」、「接遇の基本」、「苦情対応の基本」、「交流分析でコミュニケーション上手になる」、この4要素を分かりやすく解説頂きました。

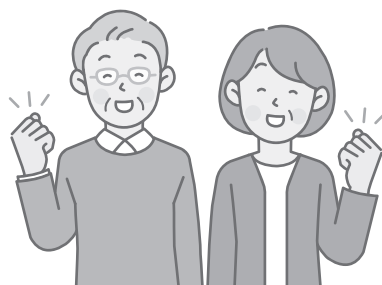
今研修内容をご理解頂き、今後の就業に活かして、シルバーの看板を背負っていることを自覚して、シルバー発展のためにご活躍されます様、ご期待申し上げます。ありがとうございました。



今後の接遇研修予定 (令和5年2月実施)

昨年に引き続き、学校管理、自転車管理は接遇研修を2月に開催します。研修を通して、接遇について、より一層理解を深めていただけたらと思います。

自分はシルバー人材センターの「顔」であること。今ある仕事を大切にし、今後も仕事を継続していただけるように、今回の研修を活かして就業していきましょう。



安全管理委員会からのお知らせ

冬の転倒事故防止

冬は、路面凍結や積雪などによる転倒事故やスリップによる事故が多発する時期です。当センターにおいても傷害事故は、転倒事故の割合が大半を占めています。

雪が積もったり、路面や階段が凍結していると、転倒事故につながります。

つるつる路面に要注意！

つるつる路面は、雪や氷が気温の上昇に伴い一

度溶けて、夕方太陽が沈むとともに冷えて、再び凍ることによって発生します。晴れた日に起こりやすい現象なので、その夕方や次の朝はより一層の注意が必要です。

安全就業巡回点検の結果・・・

次の2つに注意しましょう！

会員証及び安全就業ハンドブックを携行しましょう！

就業中は、会員証・安全就業ハンドブックを携帯していますか？ シルバー人材センターの会員であるという証明および安全に対する意識の向上のため会員証・安全就業ハンドブックを携行するようお願いいたします。

安全就業は昭島市シルバー人材センターにとって最も重要な課題のひとつです。

「安全はすべてに優先する」を基本理念とし、傷害・賠償事故や健康障害が起こらぬよう、今後ともご協力よろしく願います。

就業前は柔軟体操をしましょう！

安全就業基準第3条（4）より「作業前には、軽い柔軟体操をして体をほぐすこと」とあります。特に冬場の寒い時期は体や関節が硬くなり動かしづらくなりますので、普段より念入りの柔軟体操が重要になってきます。急な動作によりケガをする可能性がありますので、就業前には柔軟体操を必ず行うよう心掛けましょう。

就業体験記①

80歳を過ぎてからの

自転車管理業務（東中神駅）

玉川町 國分 襄

昨年4月から東中神駅で自転車管理業務をしています。

80歳を過ぎて初めてシルバー人材センターに会員登録して、自転車管理に就業できるとは思いませんでした。就業は朝6時30分から夜20時までを3シフトで1シフト当たり4～5時間を、1日1シフトで週3日程度就業しています。

高齢者には、雨の日、猛暑の日はきびしいですが仕事があるということは生活に充実を感じます。お客様から「ありがとうございます」「ご苦労さま」の言葉をもらつと励みになります。

先輩の皆さんのご指導、ご協力もありがとうございます。

他人と接する機会が多いことは、人生を健康に過ごすために必要なことと思ひ「世のため、人のため、チョッピリ自分のため」を心に、サービス業につとめています。



就業体験記②

学校管理業務

昭和町 田中 多加夫



私が就業している学校は、拜島大師と東京都立拜島高校に隣接している中学校です。

平日は夜間就業のみですが、休日は昼間就業（早番）と夜間就業（遅番）があります。

業務内容は、学校施設内の窓や扉等の戸締りの確認や、鍵による開閉作業、機械警備のセット、門扉の開閉作業、外回り、体育館を利用される方への対応、電話の応対などがあります。

業務に当たるときは、常に安全安心の維持に心を配り、学校とのコミュニケーションが図られるよう努力しています。

就業は4人体制で、私は日頃からの体調管理に努めながら月に10日程度就業しています。

就業時には一日8,000歩以上は歩き、自身の健康維持に大いに役立っていると思っています。シルバーの仲間の皆さん、是非トライしてみませんか。

就業体験記③

シーツ交換作業

宮沢町 福山 真理子

特別養護老人ホーム「ニユーフジホーム」さんで計11名、週3回のローテーションを組み1日5名態勢で働いています。就業は火・水・金曜日の午前10時～12時までです。

仕事の内容は1日32床のベッドのシーツや布団カバー・枕カバー等の交換です。

まず、最初にカバー類をはずし、ワゴンに入れていき、終わったら2人1組で新しいシーツ類に交換します。もう1人は、はがした物をクリーニングへ出すため枚数を数え、書類に記入して事務所へ提出し、終わり次第ヘルプに入ります。2人1組で行う単純作業ですがシワやタルミ（顔ではありません）がでないように気を付けています。

また、午前中2時間の仕事ですが必ず12時までには終わるように皆で協力しています。帰りには職員の方々から「お疲れ様でした」、入所者さんからは「いつもありがとうございます」と声をかけていただき疲れが吹き飛びます。

これからも、入所者さんに気持ちよく休んでいただけるよう皆で頑張っていると思っています。



「日本禁煙学会2022年 禁煙CMコンテスト受賞!!」

東町 内野 精夫

日本禁煙学会が主催する2022年禁煙CMコンテストに当センターの映像制作グループから2作品を応募したところ全て受賞いたしました。

2位受賞作品

「パパと一緒に卒園(卒煙)したい」

3位受賞作品

「孫からの手紙」

制作におけるセリフ入りシナリオ作成、キャスト探し等苦労しましたが、第三者機関から作品の高評価を頂き、我々の映像制作のレベルが認められたので、今後の映像制作活動に自信を持って邁進して行きたいと思っております。

作品はインターネットで「日本禁煙学会」を検索の上、ホームページの「2022年禁煙CM」の2位、3位をご覧ください。



年度会費のお知らせ

令和4年度の会費の有効期限は令和5年3月31日までです。令和5年4月1日になりますと、令和5年度の会費等(2,800円)が発生します。もし、退会をお考えの方は令和5年3月31日までに、事務局へ退会届の提出と会員証の返却をお願いいたします。



(映像班一同 (前列の真ん中が内野会員))

編集後記

○明けましておめでとうございます。皆さんデジタル化は進みましたでしょうか？
あたらしい卯年がはじまりました
けついあらたにピョンピョン元気で
お仕事もプライベートも
めいっぱいがんばれ
また、向かい干支「守り干支」は酉で飛躍の1年にしましょう。

渡邊 一男

○昨年、数年ぶりに万全を期した中での、万灯神輿のお披露目に参加し元気をもらいました。コロナも油断できませんが、少しずつの平穏な日常に感謝しながら、自分の出来る事を精一杯

頑張っていると思っております。
山本 晴子

○眼が覚めると元旦の朝、もう2023年。旭日の光が眩しい。今年も自身にも世間にも様々なことが起きると思いますが、少しでも明るく平らかな時が過ごせると良いと考えます。

2023年、数を足すと7、ラッキーセブン。なにか良いことがあるかも？
清水 則雄

○昨年はコロナ常態化、世界各地では極端な猛暑、豪雨水害、異常干ばつ、人災の戦争で暮れましたが、これらは人間の欲望からの派生。いずれ人類の智慧と英知を結集しての応戦で乗り切るであろうと希望を抱いて今年を生きることになります。

尾形 幸雄

○昨年、狩猟免許の更新を忘れて失効したのを機に銃砲所持許可証を返納した。長年の友人を亡くしたような寂しい気持ちがあるが、これを終活の手始めにして、今年は船舶免許を返納し、子どもたちに禍根を残さないようにしたいと思っている。

佐久間 健

就業相談の日

毎月第1火曜日

◇9:30~11:30

センター事務所 2階

担当理事が相談をお受けします



光富会長自ら入会説明会で演説



11月に開催された接遇研修



協力し合って内職作業（カード梱包）



植木の刈込作業

新入会員募集中!!

ご紹介いただいた会員の方に粗品をプレゼント

入会者をご紹介ください。入会受付時に紹介された会員の氏名を書いていただきますので、必ずご記入するようにお伝えください。

令和4年度安全就業標語 テーマ：転倒・墜落事故防止

危険だよ 一寸の油断と 思い込み