

働くよろこび

第 161 号

令和3年4月発行

発行／公益社団法人 調布市シルバー人材センター

トピックス

事業計画の概要 … P2-3

「ポイント制」スタート … P7



仙川平和公園（三鷹）の桜 相崎 尚昭さん



植木 B 班就業の皆さん



公遊園清掃就業の皆さん



事業計画の概要

1 組織運営と活動

「自主・自立」の理念のもと、新型コロナウイルスの感染状況を踏まえつつ、感染拡大防止対策に努めながら、理事会を始め、部会・委員会等の活性化を図り、組織的運営を目指します。

また、今年度スタートする「ポイント制」により、会員によるセンター事業への参加促進の活性化に努めてまいります。会員交流「コミュニケーションの場」の強化・取組についても、検討してまいります。

2 普及・啓発、広報活動

効果的な方法を模索し積極的な PR 方法を行ってまいります。役職員による PR 活動はもちろんのこと、会員による「口コミ」の実施、インターネットバナー広告やシアタス調布のシネアド広告など、継続的行ってまいります。

また、会報「働くよろこび」においては、「センター」「会員」「地域」をつなぐ役割として、さらなる紙面の充実を図ってまいります。

3 会員増強と研修・就業相談

会員増強は最重要課題です。普及・啓発、広報活動を通じて、努めてまいります。

4 就業の開拓と提供

家庭・企業や公共団体等にセンター事業の PR を行うとともに、就業開拓専門員を設置し、新しい多様な分野の就業の開拓を行い、就業の促進に努めます。

5 情報の収集及び提供

メール情報配信サービス「Smile to Smile」の登録会員の増大及び活用を推進いたします。

6 安全就業への意識啓発

引き続き、事故ゼロを目指し、安全就業への意識啓発に努めてまいります。

また、健康維持に関する各種研修会などを実施してまいります。

をお知らせします

7 地域貢献活動

シニア世代の就業による健康、生きがいでだけでなく、幅広い地域貢献活動を展開します。

8 第六次中期計画の策定

第五次中期計画の最終年度であることから、中・長期計画検討委員会を設置し、当センターの現状分析とともに、次期中期計画の策定に取り組んでまいります。

9 サテライトルームの開設（新規）

シニア世代の地域活動の拠点として、会員増強、就業相談、会員交流など、幅広い施設運営に努めてまいります。詳細は次号の働くよろこびにてお知らせします。



—— 発注者満足度調査 —— (大工・襖・塗装・左官・畳)

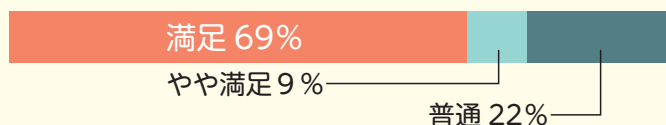
令和2年度は「大工・襖・塗装・左官・畳」を対象にアンケートを行いました。技術を要する分野でもあり、多くのお客様（発注者）にご回答いただきました。「とても親切」「対応が早く良心的」「きれいに仕上げて頂き今後もお願いしたい」等、感謝の言葉がある一方、品質の向上や丁寧な説明を求めめるご意見もあり、今後の仕事のすめ方などに活かしてまいります。



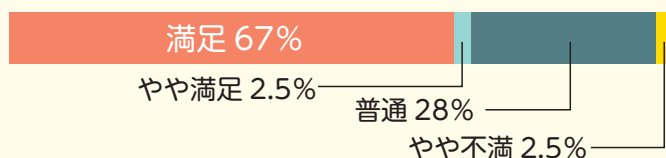
調査結果

対象数	回答数	回答率
62	35	56%

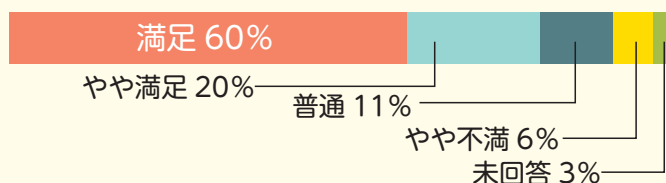
①就業態度（仕事への意欲・仕事ぶり・立ち居振る舞い）



②接遇態度（言葉遣い・服装身だしなみ）



③就業内容（仕事の仕上がりについて）



(事業部会)

就業のよろこび●●●●●●●●

健康寿命を延ばすため



入会して1年半になります。入会のきっかけは65歳の定年退職後、体が動く内は健康のためにも何かしなければと思っていました。

たまたまシルバー人材センターのことを知って入会しました。

現在は除草作業をしています。現役時代はデスクワークが主体だったため、せっかくなら屋外作業で少し汗をかくくらいの体力を使うことをしたいと思ったからです。1年間の内、除草の依頼があるのは、3月中旬～12月位までの10ヶ月程が作業時期となります。今は、2人のチームで1日4～5時間の作業をしています。その中でもさすがに夏場は30℃以上の高温下での作業となるので体力的には陰しい時もありますが、体力維持には良いのかなと思っています。また、お客様との作業内容及びスケジュール調整などコミュニケーションを取りながら



西部除草班 山本 和正

進捗していきます。ほど良い頭の体操にもなります。世間では自立した生活を送れる期間、いわゆる男性の健康寿命は平均で72歳と言われています。この期間を少しでも長くするためにも自分の体力と相談しながら仕事を続けたいと考えています。

今年もまだコロナ禍が終息しそうにありませんので我慢の生活を続けるつもりです。

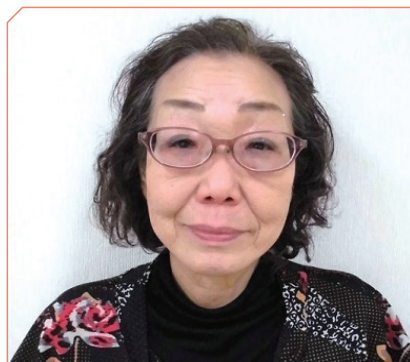
会員及び職員の皆様も感染に十分な注意をはらって過ごされることを願っています。

報酬を頂きながら健康維持を!



「えー! 中性脂肪が2倍近くに!」72歳の誕生日健診結果に驚愕し、おもわず叫んでいました。そしてすぐに、これは、3ヶ月前に、デイサービスの看護職を辞め、自由気ままに過ごし、身体を動かしていないのだと反省しました。看護師に戻る気はサラサラなく、私にできる仕事、週2回半日勤務程度の仕事を探そうと思い、たまたま投票所の誘導の仕事をしているシルバー人材センターの方へ声をかけ、お世話になろうと思い、入会説明会に参加させて頂きました。「体を動かす仕事を」とお願いし、保育園の清掃業務を紹介して頂きました。家の掃除は苦手ですが、仕事となればできるはずと自分を励まし、挑戦してみようと、面接を受けました。事務局の方が同席して下さいだったので、心強かったです。

朝9時から12時迄、2人1組で園の掃除をします。子ども達は、「掃除の先生?」「掃除のおばさん?」な



北部清掃班 高橋 睦美

どと声をかけてきていましたが、今は目が合うとニコニコと笑いかけてくれたり手を振ってくれたりします。子ども達が育ちゆく場の清潔を保つ仕事に係ることに日々喜びを感じています。

この仕事と同時に週1回の卓球にも通い始め、中性脂肪は見事に正常値となりました。体重計で測定する「体年齢」は現在57～58歳です。健康維持にとり組みながら報酬をいただけるありがたい日々をこれからも大切にしたいと思っています。

会員の広場



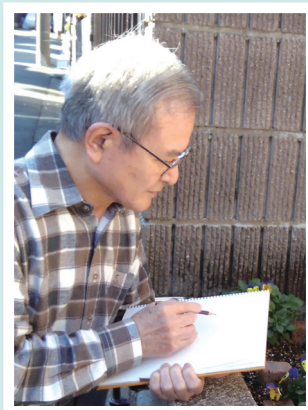
絵を描く楽しみ

東部地区 相崎 尚昭
(表紙の絵の作者)

油絵を描き始めてから、もう50年以上が経ち、途中から水彩画に変わったが、なかなか思うように描けない。仕事が忙しくなって描かないでいて、思い出したように描いてみてもうまくいかない。サークルに参加していると自然に描く機会は増えて、時には「うまく描けた」と思うこともあるが、次の題材に向かうと、また悩みはつきない。

そんな悩みや苦労がありながらも続けてきたのは、自分の目で見たものを紙の上に表現する面白さがあるからであろう。筆を握って、対象に向き合っていると、気持ちが落ちつき集中した時間を過ごすことができる。同じ題材を描いても、他の人の作品には、自分とは違う良さや面白さがあり、刺激を受ける。

一時期、近所を歩き回って、これはと思う庭木や道ばたの草花を描いていた。はがきサイズの小さな画面なら、さほど周りの迷惑にならずにすむ。ただ、小さいサイズの画面ばかりでは小手先のテクニックだけでうまく描けたような気になってしまう。



ユキノシタ

実物や実際の風景に似せて描くことをめざす気持ちは、当然のようにあるのだが、自分なりに描くことの重要さ、楽しさに少しずつ気付いてきた。とはいえ、自分なりに描くためにも様々なテクニックを使いこなせるようにはなりたいた。時々、以前描いたものを見直して、その頃に比べると、多少は思うようなレベルに近づいたかもしれないと自分を励ましている。

最近では、パソコンやスマホで、水彩画の描き方といった動画をたくさん見ることができる。自分で描くときの参考になり、また、色々な描き方があることにも気付くが、そんなにうまく描けないな、とガッカリしないように気をつけたいといけない。

これからも、自分なりの目標を持って、楽しみながら続けたいと思っている。

シルバーテニスの仲間達

シルバー世代でもコストを掛けずに気楽に楽しめるのがテニス！

平日、ママさんテニスに負けずに楽しめるのがシニア世代のテニス仲間です。

私も還暦でテニスを再開、30年前のテニスラケットで再開したものの、道具も打ち方も若い時とは全然違うのに驚きました。それ以上に足が追い付かず何度も転倒し、今は「決して無理に球を追わないで！」を合言葉に安全第一！新しい仲間も増えました。今は東西南北中5ブロックの対抗戦の開催が、仲間たちの夢になっています

南部・北部地区会員



会員の広場



川 柳

- 成人の 初めの試練が 式中止 (タケホンジン)
- ホテルのテレワークで三密 密室・密会・密事 (好色一代男)
- 縄跳びダンスがニジュウなら おいらナナジュウ フラッシュダンス (麻布のマハラジャ)
- テレワーク 上ワイシャツで 下パジャマ (デレワーカー)
- どちらが悪いかわからないが 言う事聞かぬ音声入力 (東北訛り)
- キャッシュレス 金がないからキャッシュレス (ぺいぺい)
- 盛り上がる 不安要素で パラ・五輪 (ベビリバビデブー)

四字新語

- 老老背後 後ろ姿で歳がわかる 忍びよる老化
- 愚者修行 無駄なこと
- 疑心暗記 物忘れがひどくなった (反省堂編集部)

青春 18 切符の旅日記 ～高原列車と小諸の旅～

本を片手に気軽な一人旅、また会話の減った夫婦や気の合った仲間と、たまには旅に出てみてはいかがでしょう。

中央本線小淵沢経由で小諸へ行ってきました。小諸は、戦国時代武田軍の戦略家山本勘助が上杉攻めの拠点とし、その後徳川の命を受け仙石秀久が穴城として築城し、廃藩後は懐古園として残されています。この地に在った小諸義塾に島崎藤村が国語・英語の教師として赴任し、小諸滞在中に小説「破戒」を書き下ろしたところです。「まだあげそめし前髪の・・・」の詩でも有名です。

調布から高尾で中央本線の鈍行に乗り換えると、山に行くハイカーに交じってボックス席に陣取ります。鈍行では特急では見えない景色がいろいろ見え

て来ます。大月・甲府で乗り換え、小淵沢で小海線に乗り換えます。JR 最高標高駅 (1359m) の野辺山の高原キャベツの畑を過ぎ、その下の佐久平には、黄金に色づき始めた稲穂が近づく収穫の秋を待っているかの様でした。

懐古園の門前で美味しい信州そばをすすり、草笛の音の聞こえる城内を散策し、千曲川の流れを眺めしばし明治時代の夢多き風情を堪能しました。しなの鉄道で軽井沢を経由し、横川で峠の釜めしを買い込み、素焼きの釜を土産に、高崎からは暗くなった関東平野を民家の明かりを数えながら、いつもの新宿湘南ライナーで一日を締めくくりました。



(さすらい人)

小諸懐古園

調布市シルバー人材センター 「ポイント制」が始まります！！

センター活動への興味・関心を高め積極的な参加を促し、
活発な事業活動・地域活動を目指します。

詳しくは
本会報の別刷り
チラシ（保存版）
を見て下さい

ダブル
プレゼント

- ① 全員もれなく「スタート記念ポイント」がもらえます。
- ② 調布市シルバー人材センター「ポイント制」のネーミング（愛称）を募集します。
応募すると3点・採用されると5点がもらえます。

今後の

イベントのお知らせ

昨年度（令和2年度）は、コロナ禍の中、各事業・イベントが中止・変更等になりましたが、今年度は収束を祈りつつ、感染の状況をふまえシルバーの事業を実施していきます。

4月～7月

全地区委員会

日時：4月28日（水）
10：00～（開場9：30）
場所：調布市文化会館たづくり
12階 大会議場
対象：地区委員
地区委員の方には4月上旬
ハガキにて通知いたします

ボランティア活動

調布駅周辺清掃（社会奉仕活動に参加）



日時：5月12日（水）
10:00～（集合9：45）
※「ポイント制」5点もらえます！
集合場所：調布駅前交番側

第72回定時総会

日時：6月15日（火）
13：30～（開場12：45）
場所：調布市文化会館たづくり
くすのきホール（予定）

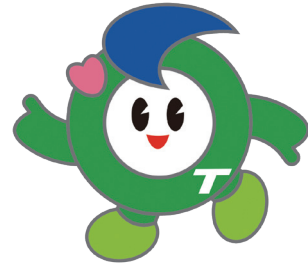
新型コロナウイルス感染状況を
ふまえ、開催場所等に変更がある
場合があります。詳細は、6
月初旬に郵送する定時総会の招
集通知をご覧ください。



昨年来から続く新型コロナウイルス感染症禍にあって、職群班グループリーダー会議等事業部会関連イベントも中止になったものが多く、今後の開催予定イベント等を中心に紹介いたします。

就業希望相談会の開催について

- 今年度は年４回（４月・７月・１０月・１月）開催を予定してます。
- 第１回 就業希望会員相談会
４月２０日（火）９：３０～ シルバー人材センター大会議室



令和3年度職群班リーダー会議について

- 開催日時 4月28日(水) 14:00～(開場13:30)
●会場 調布市文化会館たづくり12階 大会議場

今後の会議・研修会の予定

- 会員研修
接遇・普通救命講習 AED・認知症サポーター養成講座・
入会 3 年目研修（新規） 秋頃 開催予定
- 発注者アンケート 植木班発注者対象 秋実施予定
- 職群班グループリーダー会議 リーダー対象 1 月頃開催予定



ニュース
の窓

～東京しごと財団主催の講習会～

「シルバー就業体験講習」～植木剪定～

当センターの植木班が講師となり、市内在住の未入会の方を対象に、体験講習会が開催されました。参加者 13 名と盛況でした。

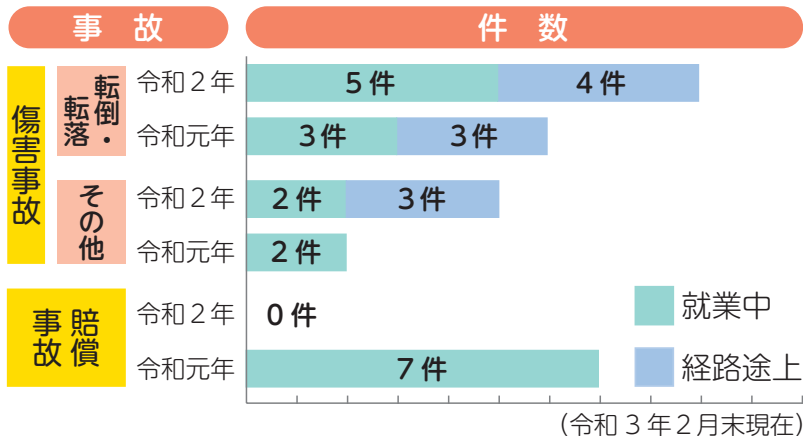
「実際の就業について
の話を聞けて、とても
参考になった」との感
想を多くいただきました。
当センターへの会
員登録につながるこ
とを期待しています。



実技研修の様子



令和2年度傷害・賠償事故報告



◇就業現場安全点検の報告

(安全就業強化月間 令和2年12月分)

回答数 57 職群 (122 名)

当センター会員での実施率の低い項目は

- ☒ 共同作業では合図・連絡を！ (単独作業でも活用)
- ☒ 作業前に、軽い柔軟体操を！
- ☒ 器具類は、使用する前に必ず点検を！

目標 **事故ゼロ**
ご存知ですか？
安全心得 10 ヶ条



令和3年度安全標語 決定!!

応募作品 87 点の中から、10 作品が選考されました。★印の作品は東京都シルバー人材センター連合へ推薦いたします。多数のご応募ありがとうございました。

テーマ1 『危険予知』

- ★ 大丈夫 思う気持ちに スキ生まれ (永石正宏)
- ★ 指差して 声かけ合って 安全就労 (藤田富士雄)
- ★ 自己流で 手抜き数秒 事故一生 (生駒一男)
- 作業中 心と時間に ゆとり持て (大沼美知江)
- 油断する あなたのそばに 事故の影 (名取訓)



テーマ2 『教えてください!あなたの健康管理法』

- ★ 適切な睡眠 食事運動守り 健康維持 (永石正宏)
- ★ ちょっと待て 家族の言葉に 耳を貸せ (横山宏一)
- ★ 続けよう! 楽しい食事と ウォーキング (大沼美知江)
- 健康は「よく寝て笑う」人に来る (名取訓)
- 無理せずに 体調管理 整えて (近藤栄市) (敬称略)





人事異動

	職 位	氏 名	発 令 日
退 職	臨時職員	山本 明男	令和3年3月31日
退 職	臨時職員	安田 美月	令和3年3月31日

お二方には、長年に亘り、センター事業にご尽力いただき、感謝申し上げます。

自転車保険に加入はお済みですか？

令和2年4月1日から、東京都条例が改正され、自転車利用中の事故により、他人にケガをさせた場合などの損害を賠償できる保険への加入が義務化となっています。

センターが加入する「シルバー保険」は、自転車を利用した賠償事故をはじめとして、経路途上における賠償は補償対象外となります。現在の保険加入状況をご確認ください。



調布市見守りネットワーク (愛称「みまもっと」)

「みまもっと」とは

地域支え合いの福祉の実現を目指して、市内10カ所にある地域包括支援センターを地域の核とし、地域住民、関係機関、協力団体及び市が相互に連携し合うネットワークです。

シルバー人材センターは「みまもっと」の協力団体です。

会員の皆さんも日頃の生活や就業中などに地域の高齢者などの異変や生活上の支障などに気付いたら、お近くの地域包括支援センターへ連絡をお願いします。

シルバー会員証の リニューアル

プラスチック製の新会員証の発行のため、事務局で顔写真の撮影を行っています。

メール情報配信サービス 「Smile to Smile」の 登録のお願い

新会員証の顔写真の撮影と同時に手続きすることをおすすめします。

会 員 数 1,671名 (男性1,039名、女性632名) 令和3年2月末現在

配 分 金 支 払 日 3月分：4月15日(木) 4月分：5月20日(木) 5月分：6月15日(火) 6月分：7月15日(木)

編集後記

今年は年初から、新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため緊急事態宣言が発令され、不要不急の外出の自粛や飲食店の営業時間の短縮、また市民へは三密を避けること、マスクの着用、こまめな手洗いなどがお願いされました。なかなかコロナ禍が収まらない中ですが、いよいよ期待の高齢者優先のワクチン接種が始まります。

気分転換に野川の遊歩道を歩くと桜が満開で、青空にピンクの花びらが可憐に咲き乱れ、爽快な気分になりました。「問題は必ず解決される。しかも、かえって良くなる」という前向きな考えで行動していくことが大切だと思います。

さて、お楽しみのポイント制が始まります。会報への色々な原稿掲載も対象になりますので、皆様からの沢山の応募をお待ちしています。

(津野淳彦)