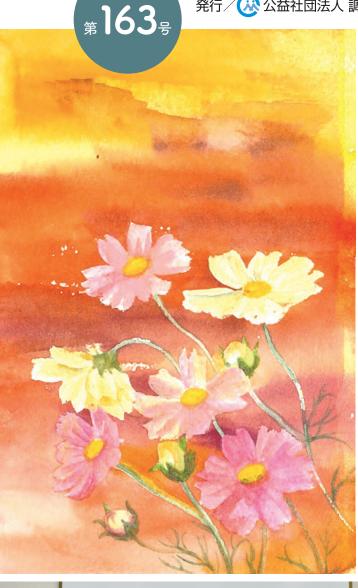
働くよろこび

令和3年10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

会員の作品表紙 デジ活事業......P 2 新たなる活用拠点 -----Р 3





魯山人の世界」より



大坂文子さん 秋の華やぎ





https://www.chofu-sc.or.jp

調布市シルバー人材センター



総務省が主催する 「デジタル活用支援推進事業」に参加決定!



誰ひとり取り残さない、人に優しいデジタル化



ワクチン予約やマイナンバーカード申請等の各種行政手続きで、デジタル技術活用の 機会が増えています。また、現金不要でお買い物ができるスマホ決済、便利な地図検索 等ニーズの高いアプリ活用も浸透しつつあります。

このようにデジタル社会が進展する中、多くの高齢者がデジタル技術を使いこなすことに難しさを感 じています。

政府・総務省は「誰ひとり取り残さない、人に優しいデジタル化」を実現するために「デジタル活用 支援推進事業」を展開しています。

調布市シルバー人材センターは、総務省が主催するこの推進事業に積極的に参画し、高齢者も安心し て楽しく生活できる「デジタル社会」の実現を後押しします。

シルバー人材センターの取り組み

地域の高齢者を対象に、スマホの基本的な利用方法やスマホによる行政手続等に関する無料の「初心 者向けスマホ講習会 を開催します。

シルバー人材センターのパソコン・スマホ教室で経験豊富な講師が、新たに国指定の研修を修了して 認定を受けた「デジタル活用支援員」として講師を務めます。

初心者向けスマホ講習会の概要

スマホ利用の基本から応用まで一連の操作を学ぶ2日(計6時間)のコースです。

スマホの基本的な利用

電源の入れ方・ボタン操作やアプリの追加方法

電話・メールの基本操作、および連絡先の利用

カメラやメールの使い方

インターネット、ニュース、話題のお店の検索や登録

地図アプリ、目的地までの道順や付近のお店などの検索

スマホによる行政手続

マイナンバーカードの申請等

スマホを使いこなして デジタル社会を楽しく便利に 過ごしましょう



2021年度は10月以降合計5回の無料「初心者向 けスマホ講習会 を予定しています。日時、場所の詳 細は10月5日号の市報ちょうふをご覧ください。 スマホ初心者のシルバー会員も是非ご参加ください!



アクティブシニアの活動拠点に!

令和3年7月にオープンした「サテライトルーム」

コロナ禍ではありますが、感染対策を行い、多くの会員の皆 さんによる積極的な利用をお願いします。

京王線調布駅徒歩3分と交通至便です。職群班会議などに是 非、ご活用ください。

利用方法など、お気軽に事務局にお問い合わせください。



北部地区打合せの様子



サテライトルーム入口

ひとり用の キャスター付机 レイアウトも 自由自在!

Wi-Fi 完備 プロジェクターで スクリーンに映し出し、 会議も円滑に!



広報委員会の様子

静寂な集中できる 環境です



語学教室(中国語)の様子

市長 表敬訪問

7月21日(水)会長・副会長就任の挨拶のため、長 友市長を表敬訪問しました。

昨年度のセンターの活動内容、コロナ禍における事業 の影響などの報告をさせていただきました。

また、今後のセンター運営への支援を賜りますようお 願いしてまいりました。



名取副会長 長友市長 永谷会長

就業のよろこび●。●。

仲間ができた!仲間に感謝!

生まれは浅草橋チャキチャキの江戸っ子です。 今は調布のおばちゃんです。調布は自然が豊かで 最初はカエルの鳴き声にびっくりしました。

「お母さん、何かしないとぼけちゃうよ」と娘に 勧められてこの春に入会しました。

若いころは化粧品会社や男性の多い貿易会社で 仕事をしてきました。パソコンもそこそこ使いこ なして仕事をこなしていましたが、長い主婦生活 で最初からやり直そうとシルバーのパソコン教室 にも通いました。英語ももう一度学びなおしたい と思っています。

そして入会後紹介されたのが、ワクチン接種会 場の仕事です。駅前のプレハブ特設会場のほかに たづくりの接種会場も担当しています。たづくり の中では接種会場以外のこともきかれることがあ り、一階のインフォメーションで情報を入手し市 民の方の質問に答えられるようになりました。訪 れた方から「ありがと う。頑張って! | と声を 掛けられた時、やっぱり シルバーに入ってよかっ たと感じています。それ とちょっぴりお小遣いが 入ったときは、素直にう れしいです。



ワクチン接種会場の案内の仕事もいずれは終 わってしまうと思うので、次は何をしようか考え ていますが、シルバーの他の仕事の分野のことは よく分からないので事務局の人にいろいろ相談し てみたいと思います。

また、この仕事を通して、シルバーの仲間も出 来たのが最大の収穫かと思っています。「皆さん ありがとう | そして親切な事務局の皆さんにも感 謝しています。

仲間と働けるよろこび



会社定年後、何か仕事がしたいと就職活動して、 市内の高齢者施設利用者送迎のお仕事に採用され ました。その後、シルバー人材センターに入会し て、空いている日に仕事しませんかと、公共施設 の清掃依頼を受けたのが始まりです。素人の私に モップの洗い方、絞り方、ワックスの塗り方等、 未知の世界を先輩に優しく指導頂いた事は忘れら れません。清掃後綺麗になったと感じるときは、 いつもうれしくなります。今でも引き続き、公共 施設清掃班でのお仕事を頂いております。今後は、

新入会者の方に、この経験 を伝える事が出来れば最高 です。

また、私は多摩川住宅に 長年住んでおり、地域のた めに団地の自治会長も務め ています。



近い将来この住宅も立 て替えの計画が進んで おり、先般これまでの 思い出として50年の 記念誌を、同じ団地の シルバー人材センター の仲間の M さんのご尽



力で発行できたことは忘れられない思い出になり ました。今後はホームページを立ち上げ若い世代 に引き継ぐためにもうひと頑張りしようと思いま す。

また、春先に自分の住んでいる団地の梅の収穫 を手伝い、「人に親切にすると、必ず返ってくる からね」と、お礼の言葉を言われました事に感動 しました。今後もシルバー人材センターで、楽し くお仕事が出来、皆様と共に働けることを願って おります。

会員の広場



やる気スイッチ オン! 西部地区 沖山 公則

新宿の街で写真店を開いたのが38歳の頃、フィルムの現像とプリ ント、撮影や物販など順調だった。毎日が終電にとびのり休日には店 の雑務の日々だった。

そんなある年、地元で卓球大会を知り会場での若者から年配者まで もりあがっているのを見て、やる気のスイッチが入った。すぐに高校、 大学の同好会で卓球にうちこんだ若い頃を思い出し20年ぶりに再始



動することになる。始めてみると足腰は動かないが打球感覚は意外にも体が覚えていて、少しずつ上達 し現在まで続けられた。

8年前に店を閉めた後も年間30日以上試合に参加するようにしている。その中でも思い出に残る試 合がある。今年3月コロナ禍で同世代のトーナメント戦だった。オリンピックと同じ競技場で高い吹き

抜けと上質の卓球台が心地よく、1回戦はつぶ高のカットマンで接戦の末 5 セット目は 10-9 で私のゲームポイントが幸運にもエッジだった。控え 室でTさんから「すごい試合だったね」と声をかけられ我にかえり記憶に のこる試合となった。

試合を優先してくれた妻に感謝。また後期高齢に入りあとすこしのあい だ健康でいたいと思う。



思い出あれこれ

Ш 柳

先着順 ゴミ 抱 孫 成 IJД 長

止 孫 め に守られ T おきたい あの 若者接種

なぜなぜ想定 頃は、 時もあ

父のため ナ 覚えられな

た手すり もうすぐ八十歳

生活みえる

ビン・カンの日

年金生活者

己がため 俺何番?

い長すぎる

(もう失格)

新 種 \mathcal{F} 閉 まる 噛 み し、 つき市

感染

予

防

の

め

ح

(政治不信

てらっしゃい 古希夫婦

長

は

金メダル

た ロナ忘れるひと時 家 観 ほぼ同時

要不急も 自己判断 **、タケホンジ**

老化じゃ だけ は な 衰 え知ら 経年変化 我 がからだ まだ八十 負け惜し

み

ン

会員の広場



TOKYO2020 都市ボランティア

幻のシティキャスト

TOKYO2020 オリンピックは8月8日に閉会、パラリンピックは9月5日に閉会しました。

両大会では、連日、選手の活躍や競技に向き合う姿勢に心を打たれる日々 が続きました。

一方、コロナ禍により、「無観客」での開催となり、当センター会員 14

ユニフォームを着用して 記念写真を撮りました

名が参加を予定していました 「都 市ボランティア〜シティキャス ト~」は残念ながら、活動がな くなりました。

令和2年1月から、渋谷区のオ リンピック記念青少年総合セン ターへ出向き、研修やユニフォー ムの採寸など、準備を進めていま した。当初は、京王線飛田給駅か ら武蔵野の森総合スポーツプラザ や東京スタジアムまでの「ラスト マイル」でのボランティア活動が 予定されていました。



東京スタジアムとの合成写真です。

シリーズ 健康ウォーク ~多摩丘陵~

(さすらい人)

皆さんご存じの多摩ニュータウンは多摩市・八王子市・町田市・稲城市にまたがる広大な多摩丘陵を切り開 いて開発された街で、ジブリの平成狸合戦に見られるように自然破壊も進みましたが、まだまだ多くの谷戸(川 間の小川)や雑木林が残っています。また多摩丘陵には平安の昔からの古道(鎌倉街道、鎌倉裏街道、横山道、 黒川往還そして布田道など)も残っており、本格的な散策を楽しむことができます。

今回は誰でも楽しめる自然豊かな長池公園をご紹介します。このエリアはニュータウン開発前は、谷戸に溜池 が作られ田んぼや畑が広がっていた雑木林に囲まれた里山でした。今は自然豊かな散策路で、立ち入りが禁止 されている特別保全エリアが広がっています。思わず「ここ東京?」って言葉が出てきます。

相模原線の京王堀之内駅で下車したら 10 分ほどでせせらぎ緑道の入口が見つかります。まずはニュータウン のおしゃれな低層マンションの間に人工的なせせらぎの散歩道が続きます。そのうち大きな池の上にかかった 長池見附橋が現れます。この橋は四谷見附にあった橋が移築されたもので、美しい姿を水面に映しています。

いよいよここから先が長池公園の自然エリアが始まります。まずは築池、右手の静かな遊歩道を進むと自然 館があり、このエリアの歴史や自然を紹介しています。ここで入手できる「多摩丘陵お散歩マップ| (¥200) は今後の多摩丘陵の散策には欠かせない優れものです。

そこからうっそうとした木々に囲まれた谷戸を左手に野鳥 の声を楽しみながら進んでいくと長池があり悲しい伝説も 残っています。ここから先は保全区域で左に道を進むと小山 を超えて別の谷戸にある田んぼや炭焼き小屋があります。 コロナが落ち着いたら是非、お弁当を持って歩いてみて下さ い。(春と秋がお薦め)



公園の詳細は こちらから



総務部会だより 🗁



残念!地区全員交流会は今年も中止!

今年の地区全員交流会も中止です。

高齢者のワクチン接種、希望者についてはほとんど終えていると推測されますが、

コロナウイルス新規変異株の勢い衰えぬ状況です。蔓延防止への社会の動きにあわせ、人の動き集まり の関わってくる交流会も中止の運びになりました。

来年は安全な環境の中で開催されることを願っています。

交流会代替品の配布を検討しています。

地区委員の声

「今年はセカンドライフに焦点を当てた講演会を中心に準備を進めていましたが残念です。長い間、 地区委員会も開けていない状況で、新しい地区委員の方の顔も忘れそうです。もう少しの辛抱で すね! (北部地区幹事)

秋の多摩川クリーン作戦

(スマイルポイント5点対象)

11月14日(日)7:45集合

多摩川河川敷 (詳細は折込みチラシ参照)

地域のボランティアに 積極的に参加しよう!







「スマイルポイント」

4月からスタートしたスマイルポイ ントを貯めましょう。

これからのポイント行事

多摩川クリーン作戦 11月実施予定 5点/回 10月募集予定 3点/回 安全標語応募 会報原稿応募(掲載分) 5点/回 新規会員紹介(入会) 5点/人 新規発注者紹介 5点/人

令和4年(2022年)版 『会員手帳』の販売について

11月1日(月)より事務局窓口にて 販売いたします。ご希望の方は事務局 窓口にてお申込みください。数量限定 のため、お電話での事前予約・取り置 きも可能です。

販売日 11月1日(月)~ 売り切れ次第終了 金額 280円/冊

事業部会だより 🦳



新体制で事業部会開催

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多くの事業 部会関連イベントが中止になる中、7月20日(火)センター2階大会議室にて、新体制では初の今 年度第2回事業部会を開催致しました。今後の開催予定のイベント等を中心に確認を行いました。

就業希望相談会の開催について

第2回就業希望会員相談会を7月20日(火)センター2階大会議室にて 行いました。担当理事より、自身の就業体験等の説明の後、個別に就業相談 を行いました。 第3回は 10 月 19 日(火) 9 時 30 分開始の予定です。



令和3年度会員就業研修について

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(仮)等を予定。コロナの感染状況をふまえ、開催 の場合は HP や一斉メール (SMS) 等を活用してご案内を差し上 げます。



令和2年1月認知症 サポーター養成講座の様子

職群班グループ会議について

令和4年1月下旬3グループ(技能・民間群、管理・公共群、家事・ 作業群)のリーダーを対象に開催予定です。

事業所訪問<イトーヨーカドー国領店>

会員の就業先と発注者様との情報交換を8月31日(火)に行 いました。発注側から見た会員の就業状況をお聞きしたり、会員 の皆さんからは直接、現場の実状や要望を聞いて参りました。会 員の声を活かして就業の改善に努めていきたいと考えます。



センター主催の後継者育成研修

~草刈班~

草刈班は肩掛けの刈払機を使い、主に団地な どの敷地内の芝生など、敷地面積の広い場所を 作業しています。ちなみに一般家庭のお庭は除 草班が鎌など手刈り作業をしています。

9月14日(火)に新メンバーの研修を行い ました。講師はリーダーの軽部会員が担当し、



これから仲間となって共に就業する後継者へ、親切丁寧に指導されていました。

肩掛けの刈払機の取扱方法・飛び石防止など、安全に配慮した作業手順は重要となります。また、 グループ就業となるため、チームワーク良く、一人ひとりの役割も大切になります。

安全管理委員会だより



転倒事故に注意しましょう

●令和3年度の傷害事故

転倒 5件

裂傷 ハチ刺され 1件 1件

令和3年8月末現在、7件の傷害事故が発生して おりますが、そのうち5件は転倒事故です。 転倒事故を防ぐためには危険予知(KY)が有効です

、令和4年度安全標語募集中 /

別添応募用紙にてお申込みださい。

●危険予知(KY)とは

就業先や作業の状況の中に潜む危険要因を予 知、予測することで、見落とされやすいヒュー マンエラーの防止に有効な活動です。

皆様も就業前に転倒の原因となる段差等把握 し、転倒しないように対策をとりましょう!

応募いただいた方にはスマイルポイン ト(3点)を付与いたします。皆様のご 応募をお待ちしております。

◇熱中症研修会

令和3年7月6日(火)に新型コロナウイルス感染 症の対策を行い、東・西・中・南・北部清掃班を対 象に熱中症研修会を開催いたしました。当日は16 名の方にお越しいただきました。

水分補給は状況に応じて飲み物を考えましょう



お茶での水分補給は注意が必要です。お茶にはカフェインが多く含まれており、利尿効果に より水分が排出されてしまいます。また、スポーツドリンクは糖分、塩分が多く含まれてお りますので、エネルギーを消費した後や塩分が不足している時などに効果的です。

◇東京しごと財団安全就業 パトロール指導員の巡回指導

令和3年7月13日(火)に東京しごと財団の安全就業パ トロール指導員による巡回指導が行われました。暑い中に もかかわらず対象班の会員の方々は指導員の質問にしっか りと応対していただきました。道具仮置時の注意等、指摘 事項に関しましては、植木班、草刈班にお伝えさせていた だいております。

対応していただいた皆様暑い中ありがとうございます。







当センターの取組みは、会員増強・受注拡大の2本を柱に、「LINE 広告」・「京王線車内広告(近隣 4 センター合同)」・「リーフレッ ト市内全域配布」などを行います。

また、会員の皆さんによる「口コミ」は効果絶大です。知人友 人などへのセンター紹介をお願いします。



安全就業に向けた実態調査を実施します。高年齢者の就業は、労働人口の減少に対する社会経 済的な要素がある事や、本人の所得確保や生きがい、健康維持に資する活動であることなどから、 数多くの期待が寄せられています。一方で就業中の事故発生率は高年齢者ほど高くなっています。 これを防ぐには予防策を検討していくことが求められています。アンケートでは、事故発生の実 態把握と関連要因の分析を行うものとなります。

調 査 実 施 団 体 : 東京都健康長寿医療センター研究所 - 社会参加と地域保健研究チーム -

要: 東京都シルバー人材センター8団体を対象に、就業会員を対象に高年齢

者就業の事故・怪我の防止策の分析

調 杳 対 象 : 過去1年間の就業会員 約1,200名(調布市)

調 杳 方 法: 令和3年11月に調査用紙を調布市シルバー事務局から郵送します。

同封の返信用封筒にて回答願います。

そ \bigcirc 他 : 個人情報に配慮し、シルバー人材センターから、東京都健康長寿医療セ

ンター研究所へ会員皆さんの氏名、住所、生年月日など一切の個人を特

定する情報の提供はありませんので、ご安心ください。

会員数 1,708名 (男性1,042名、女性666名)

令和3年8月末現在

止

に

な

1)

ŧ

残念です。

() 会員 た。 キが、 います。 広報委員 の広場に、 趣 会員 味 から寄稿され 就 同お待ちし

皆様

 \bigcirc

声

を

業のよろこ

Ú,

ま

 $/ \setminus$

色彩い 会報163号表紙 つ ぱ 61 の綺麗 な絵 は

秋

染状況をふまえ、 会員の皆様が楽しみにし アレビで観戦、 地区全員交流会」 感動しました。 ф

無観客で開催され多くの人が ンピック・パラリンピックが 収束が見えないコロ 日本で二度目の 東京









ナ

禍

才

優

(菊

発行者:公益社団法人 調布市シルバー人材センター 調布市小島町3-87-4 TEL.042-487-9375

7