

働くよろこび

トピックス

令和8年度
事業計画概要 P 2

令和8年度
委員会事業計画 P6-7

会員アンケート報告
..... P 8

令和8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

第 181 号



布多天神社



植木班



公式Instagram開始



令和8年度 事業計画の概要

～ 調布市シルバー人材センターは、令和10年1月26日に設立50年を迎えます～

会員拡大と就業機会の拡大

令和8年度の目標値（第六次中期計画 令和4年度～令和8年度）

- 会員数 1,830名
- 契約金額 759,885千円（請負672,666千円・派遣87,219千円）

広報・普及啓発活動の推進

会報誌「働くよるこび」の充実をはじめ、SNS（Instagram）や各種広報媒体の積極的な活用とともに、シルバー人材センター事業普及啓発促進月間（10月）における活動を推進します。

健康・安全就業の徹底

「安全はすべてに優先する」との基本理念のもと、センターが一丸となって、健康維持と事故防止に取り組みます。

- 事故の未然防止のために必要な知識・技能の情報を共有する。
- 事故の情報を分析し、再発防止を徹底する。
- 職群班会議や各種会員研修を開催し、安全就業・健康推進及び交通安全の確保に努める。

地域活動の活性化と会員交流の促進

主な活動予定

- 地区全員交流会……東部地区 令和8年11月12日(木) 10時 つつじヶ丘児童館ホール
西部地区 11月13日(金) 10時 グリーンホール小ホール
中部地区 10月9日(金) 10時 グリーンホール小ホール
南部地区 11月19日(木) 10時 グリーンホール小ホール
北部地区 12月1日(火) 14時 グリーンホール小ホール
- 会員文化祭……令和8年12月18日(金)～21日(月) 文化会館たづくり2階 南ギャラリー
- Lカフェ……毎月1回（年12回）10時～15時 調布市シルバー人材センター事務所1階
(4/1(水)・5/1(金)・6/1(月)・7/1(水)・8/3(月)・9/1(火)・10/1(木)・11/2(月)・12/1(火)・1/6(水)・2/1(月)・3/1(月))
- ボランティア活動…令和8年4月12日(日)・11月8日(日) 多摩川クリーン作戦 ほか
- サークル活動……「太極拳ふれあい」「スマホで遊ぼう」「ふくろうの会25」「オシャレ倶楽部」
「季節の花を愛でる会」ほか、新規サークルの設立支援活動

設立50周年記念事業の検討と第七次中期計画の策定

令和10年1月26日に設立50年を迎えるにあたり、次の基本方針を踏まえ、設立50周年記念事業実行委員会において記念事業を検討します。また、令和9年度からの第七次中期計画を策定します。

調布市シルバー人材センター設立50周年に向けた基本方針

- 1 先人が築いてこられた50年の歩みを多くの関係者と共有し、敬意と感謝を表す。
- 2 運営理念「自主・自立」「共働・共助」を確認し、更なる発展を誓う。
- 3 次なる50年に向けて、普及啓発、会員拡大、就業開拓、会員活動（市政・地域への貢献、会員交流、健康安全）をより一層前進させる。
- 4 記念事業としての各種取組には、多くの会員の参加と共働により実施するものとする。
- 5 設立50周年記念事業の期間は、令和9年4月1日から令和10年3月31日とする。

就業のよろこび

長年の境内美化への貢献で 布多天神社より表彰された塩崎昭さん

70歳でシルバー人材センターに入会し、20年間ずっと布多天神社の清掃をしてきました。長く続けてこられたのは、好きなテニス・野球と並行してこのお仕事ができたと食事など健康面でずっと支えてくれた家内のおかげと感謝しています。

調布市民にとって氏神様として親しまれている布多天神社の清掃をしていることにとっても誇りを感じています。一日4時間の仕事ですが、一心不乱に掃き清めているとあっという間に時間が過ぎます。参拝される人に「ご苦労さま、いつもきれいでいいですね」と声をかけられることもあり、仕事にやりがいを感じています。

卒寿のお祝いを家族にしてもらい、今回布多天神社からも表彰していただいたので、元気なうちは健康のためにももう少し続けようかなと思っています。



最近はLの会主催のイベントに積極的に参加しています。月1回のLカフェも楽しんでます。可能な限りボランティア活動にも参加しており、このように様々な交流の機会を与えてくれるセンターに大変感謝しています。

私の経験では、仕事の選り好みせず就業しているうちにやりがいを見つけることも多いです。皆さんも是非積極的にトライしてください。シルバーの講習会やイベントも楽しいので参加してほしいです。

(取材 古田、津野)

2025年10月に入会し 新しい一歩を踏み出した木村美紀さん

昨年10月に入会し、早速3軒のお宅を担当して家事援助のお仕事をしています。大切にしているボランティア活動をしながら、年齢に合った仕事を自分のペースでできそう!と感じて入会を決めました。

始めた当初、家事は苦手だと思っていたので不安もありましたが、3か月経った今では生活リズムにも合い、作った料理を”おいしい!”と喜んでもらい、やりがいがある楽しくお仕事をさせていただいています。特に心強くと感じるのは、シルバー人材センターの職員の存在です。困ったときや分からないことがあるときも、親身に話を聞き丁寧に教えてくれる環境があるので、安心して仕事に向き合えています。

仕事では笑顔と親切、丁寧さを心がけ明るく楽しく取り組んでいます。またプライベートな事には踏み込まず、程良い距離感を大切にしています。家事援助の



仕事を通して、今は“手抜き時代”ではなく“手間抜き時代”であり、家事を頼むことが自然になってきたと感じています。

年齢を重ねると新しい一歩を踏み出すのに勇気がありますが、ここには温かく迎えてくれる人がいます。生活に張りが出て、社会と関わり、元気ももらえる。居場所ができて収入も得られる。本当に入会して良かったと思っています。

(取材 久川、村岡)

仲間と助け合うやりのある植木班

今回はシルバー人材センターでも特に仕事の依頼が多い植木班の B 班リーダー青木準一さんと岡本陽子さんにお話を伺いました。

植木班で生き活きと活動する女性があります。岡本さんは園芸が趣味で、自宅の植木剪定を自分でしていました。5年ほど前にセンター主催の「植木講習会」に参加した折にセンターにも植木剪定の仕事があることを知り、センター入会と同時に植木班に加入しました。

リーダーの青木さんは植木班の仕事について「庭師はまず現場に足を運んで作業量を見積もり、必要なメンバーを集めます。その後お客様と日程調整や脚立等必要な機材を手配して準備します。剪定作業後は切った枝を束ねて縛り庭を綺麗に掃除します。



お客様に満足していただく為には、このプロセスを丁寧にすることが大切です」と説明していただきました。

岡本さんに「この仕事は女性にとって大変なことはないですか?」と問いかけると「トリマー等の道具も軽量化が進み負担は減っています。脚立の運搬や大きな枝を集めて縛るなど力仕事でどうしても困ったときは、男性の庭師さんに『手伝って』という気持ちよく手助けしてくれるので心配ないです」とお話しいただきました。

青木さん・岡本さんに経験がなくても剪定の仕事はできるのか聞いてみました。

未経験者には実技研修も用意されています。仕事は A、B、C ランクに分かれており、未経験者は C ランクで約 200 時間の実践を積みと B ランクになります。更に B ランクで約 1 年経験を積み、班の承認により A ランクとなり一人前と認められます。

最後に青木さんは「剪定後の仕上がりをお客様に喜んでいただき、結果が形としてはっきり残るのでやりがいを感じられる仕事です。未経験の方にも時間をかけて徐々に覚えていただきます。迷っている方は、まず一歩踏み出してほしいです」

岡本さんも「翌年、すくすく成長している木や花がついているのを見ると大変うれしいです。是非一緒に楽しく働きましょう」とメッセージをいただきました。



取材を終えて

植木班は仕事の依頼が多いけれど、人手が足りていません。この記事を見て植木に興味を持たれた方、チャレンジしてみたいかでしょうか。

取材 (石動、岸本)

会員の広場



調布市シルバー人材センターのサークル活動

会員同士で共通の楽しみをもつ仲間が集まってサークル活動を行っています。今回は今活動をしている5つのサークルをご紹介します。興味がある方は、ぜひ事務局にご連絡の上、お気軽にご参加ください。お待ちしております。

New

季節の花を愛でる会

季節の花を愛でながら周辺の庭や建物を散策するサークルです。草花の由来や、その土地に伝わる歴史に触れ、心豊かなひとときを過ごしましょう！



活動日 不定期（年4回程度）
場所 都内各所
会費 なし

太極拳 ふれあい

深い呼吸に合わせてゆっくり動く気功太極拳で心地よさを味わっています。仲間も健康を願い、今日の健康に感謝して心を込めて丁寧に行います。一度体験してみませんか？



活動日 月2回第1、第3火曜日
時間 13:15～15:00
場所 こころの健康支援センター
会費 なし

スマホで遊ぼうサークル

今の生活に欠かせないスマホの使い方を遊び感覚で学び合うサークルです。スマホを便利に使いたい仲間を募集！スマホ初心者大歓迎！



活動日 月1回第2または第3火曜日
時間 10:00～12:00
場所 サテライトルーム
会費 なし

ふくろうの会25

ふくろうの会は、葉書サイズの台紙に言葉と絵で「伝書絵」を描くサークルです。絵を通してこれまで気づかなかった自分や、自分の中にまだ眠っている「できること」を発見していきましょう。



活動日 月1回主に第4土曜日
時間 13:00～15:00
場所 サテライトルーム
会費 なし

オシャレ倶楽部

歳を重ねた今だからこそ、出せる魅力があります！新たな自分を発見し、オシャレを通してちょっと「ウキウキ」ずっと「イキイキ」したい方のためのサークルです。



活動日 隔月1回第3火曜日
時間 10:00～12:00
場所 サテライトルーム
会費 なし

川柳



今回のお題は「春」

- 春よ春 あちこち痛くて 湿布はる (必殺苦労人)
- 老木も 負けてなるかと 芽吹く春 (竹野 勇次)
- 加齢ボケ 春ボケだよと 孫に言い (土屋 征治)
- 桜咲く 新社員の姿に 頑張れと (先輩応援団)
- お花見で そこだけ静か 夫婦酒 (てんと虫)
- 草花は 寒さこらえて 春を待つ (多摩ッ子)
- 桜散る 卒業までの 片思い (若かったな)
- 古希過ぎて 青春再燃 火花散る (懲りないパパ)
- 孫息子 可愛いままに パパと成り (えーこ)
- Aに 聞いてみたいよ 妻の愛 (タケホンジン)

次のお題は「私の楽しみ」ですが、こだわらず「自由」な投稿もお待ちしています。提出先は事務局です。(形式自由)

応募しめきり
5月15日(金)

各委員会の「令和7年度事業計画 振り返り」

総務委員会

R7 事業計画振り返り

- 8月6日に第1回会議を開催し3月まで8回行いました。
- 議題は「**会員アンケートの作成**」「**会員文化祭の開催**」「**ボランティア活動の実施**」「**SmiletoSmile登録の促進**」「**設立50周年記念事業の計画**」等で、各委員による活発な議論が行われました。予定された項目は、すべて計画通り実施しました。



会員文化祭

R8 事業計画概要

- 令和8年度は左記の議題を継続実施します。特に「**ボランティア活動**」では会員アンケートに要望のあった**スポーツ系の活動**を検討します。
- 「**スマスマ登録の促進**」は今年度から新入会員研修時の登録会等を開催し年間300名の新規登録を目指します。
- 令和9年度に迎える**設立50周年に向けての各種事業の検討**を進めます。



野川クリーン作戦

事業委員会

R7 事業計画振り返り

- **職群班活動の推進**
職群班グループリーダー会議(2月)4グループ
- **会員研修の実施**
認知症サポーター養成講座(1月)20名参加
接遇研修(2月)20名参加
フレイル予防講習会(3月)20名参加
- **新規就業の開拓**
調布市商工会員へのアンケート実施(2月)3,000社
- **新規会員・就業機会の拡大**
臨時入会説明会の開催(7月、1月)
就業相談会(年4回)
- **発注者満足度調査(家事援助)130件**

R8 事業計画概要

- **職群班活動の推進**
職群班グループリーダー会議開催
- **会員研修の各種実施**
認知症サポーター養成講座 接遇研修など
- **商工会との連携強化による新規就業の開拓のほか独自事業の新設等**
- **新規会員・就業機会の拡大**
臨時入会説明会
就業相談会の開催
発注者満足度調査の実施
- **空き家維持管理事業の強化**



会議の様子

広報委員会

R7 事業計画振り返り

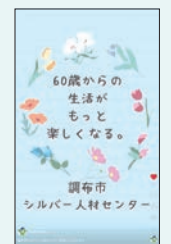
- **会報誌の編集・発行**
年4回(4月、7月、10月、1月)
各回2,200部
地区委員による会員宅への配布
- **Instagramの活用準備**
8月にインスタ活用を理事会提案
10月からプロジェクト体制で準備を進め1月に調布市SCの公式Instagramをスタートしました。
- **調布FM「午後のカフェテラス」に理事が出演**
調布市SCの地域貢献や楽しさについて語りました。



会報誌

R8 事業計画概要

- **読みたくなる会報誌の編集・発行**
年4回(4月、7月、10月、1月)
各回2,300部
- **調布SC公式Instagramの安定運用とフォロワー獲得**
投稿：週2回
フォロワー：500人以上
- **ホームページによる情報発信**
分かり易いHPの調査・研究
- **各種媒体を活用したセンター認知度向上**
調布市報、調布FM、パンフレット等



Instagram投稿

「振り返り」と「令和8年度事業計画概要」

健康安全促進委員会

R7 事業計画振り返り

- **安全管理体制の充実**
各種会議の開催や安全に関する各種対策を策定し実施した。
- **会員の健康管理**
チラシによる健康に関する情報提供、身体機能の維持増進を図る研修等の啓発活動を実施
- **安全意識の普及啓発**
就業現場のパトロール、安全点検
事故情報の提供
安全標語の募集・選考

R8 事業計画概要

- **傷害・賠償事故の防止対策を周知徹底する**
再発防止検討会を行い、対策を周知徹底する。
- **安全就業・事故防止全般の広報活動の強化**
スマスマ等を活用し、情報発信を行う
- **転倒事故の防止**
フレイル予防で会員の転倒防止に努める。
※今号にフレイルについて説明した「これからも元気で働くために」の挟み込み記事があります。



駐輪場安全パトロール

地域活動推進委員会

R7 事業計画振り返り

- **学習会の開催**
毎月開催の委員会に市環境部の関連各課から講師を招いて、SDGs 活動や市政貢献活動についてのレクチャーを実施
- **地区全員交流会を開催**
今年から地区委員会が地域活動推進委員会の担当となり、初めての交流会を実施
- **市政貢献活動・社会貢献の実践**
市主催の清掃活動等へ参加し、さらにシルバー独自に国領駅周辺清掃や SDGs 活動を実施

R8 事業計画概要

- 令和8年度は4本柱を軸に地域活動を推進する
- **学習会の開催（継続：更なるスキルアップ）**
テーマとして地域防災や地域活動拠点 SDGs 活動第2弾や市政貢献活動の実態について等を予定
 - **2大イベント 全員交流会・全地区委員会の成功**
 - **地域連携活動を通しての市政（地域）貢献**
 - **地区委員による「会員見守り活動」の実施**
「誰一人取り残さない、孤独孤立させない」を合言葉に共働共助の精神にのっとり会員の絆を深め、同時に地域の安全パトロールも実施する。



地区全員交流会

交流促進委員会（Lの会）

R7 事業計画振り返り

- **会員の交流促進** 令和7年4月～8年1月開催日／参加者
Lカフェの開催 毎月1回／合計432名
春の神代植物公園散策会 5月14日／20名
大人の塗り絵講座 8月5日／15名
昭和記念公園散策会 10月28日／20名
電通大コミュニケーション
ミュージアムガイドツアー 2月5日／23名
港区散策会 3月4日／21名
- **サークル活動の推進**
新規サークル「オシャレ倶楽部」「季節の花を愛でる会」 立ち上げ支援

R8 事業計画概要

- **会員の交流促進**
Lカフェの開催（季節ごとに催し等を計画）
Lウォークやポッチャの体験会等各種会員交流イベントの企画
- **サークル活動の推進**
会員アンケートを参考に「麻雀」「囲碁」「将棋」「料理」等の立ち上げ支援
- **地域社会との連携**
介護老人保健施設で「太極拳 ふれあい」がボランティアアとして交流



Lカフェ

会員アンケート報告 総務委員会

会員の78%の方がセンターに入会して満足と回答

アンケートの回収率は64%、ご協力ありがとうございました。

会員の皆様の就業実態や満足度、センターに対する要望等を適切に把握・分析し、今後のセンター運営のための基礎資料として活用させていただきます。

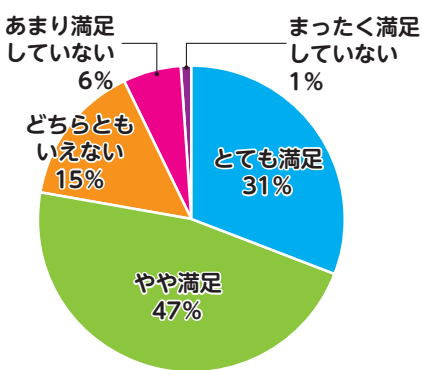
就業している会員の「就業内容 **問13**」については「とても・やや満足」で78%。また、すべての会員が「センターに入会したことをどう感じているか **問39**」でも「とても・やや満足」は78%でした。

一方で「就業内容 **問13**」について「あまり・まったく満足していない」も7%あり、理由としては「就業条件が自分の希望と違った」や「希望する職種がない」との回答がありました。

会員アンケート報告の詳細はホームページに掲載します。

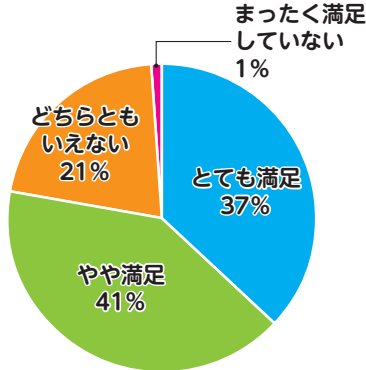
問13

(センターで就業している方へ)
センターでの就業内容に満足？



問39

センターに入会したことを
どう感じていますか？



アンケートの概要

調査対象：令和7年6月末までに入会した正会員
調査方法：郵送配布・郵送回収
調査期間：令和7年10月27日～11月30日
回収状況：発送数 1776件
回収数 1143件
回収率 64.4%

令和8年度「安全標語」優秀作品選定 健康安全促進委員会

作品131点の中から10作品が選ばれました。★印の作品は東京都シルバー人材センター連合へ推薦します。最優秀作品に選ばされると表彰され、安全就業ポスターとして活用されます。多数のご応募ありがとうございました。

テーマ1「転倒予防と健康管理」

- ★あわてるな、あせる気持ち、事故を呼ぶ (竹野 勇次)
- ★まだ若い その過信が ケガのもと (津野 三千代)
- ★足元に そっと 目配り 気配りを (若林 昭司)
- ・慣れと歳 想わぬ所に 落とし穴 (松崎 正義)
- ・段差あり! 一步一步を 踏みしめて (大久保 慎司)

テーマ2「ふだんからの健康促進の心構え」

- ★よく寝よう 話そう・笑おう はたらこう! (大久保 慎司)
- ★支え合う 心と体 笑顔から (名取 訓)
- ★元気に挨拶、楽しく会話、無理なく運動、これが私の健康秘訣 (岡田 誠一)
- ・続けたい 仕事と趣味と 健康づくり (蒲谷 繁夫)
- ・自転車を、歩きに替えて、お出かけに (松崎 正義)

今回も力作ぞろいでした。来年度もまた会報等で募集するので、是非ご応募ください

会員向けイベント実施報告



ウォーキング研修

1月13日、こころの健康支援センターにて、サライエ企画の井上レイラ先生を講師にお迎えしてウォーキング研修が行われ30名程の方が参加しました。「日々の暮らしの中で身体に筋肉をつけることが姿勢よく歩ける基本です」と時にはユーモアを交えながら熱心にご指導頂きました。



スマホ入門研修

1月23日、26日、合計28名が参加し、毎日楽しくなるスマホの使い方を学びました。事務局との連絡に便利なSmile to Smileの登録も行いました。



研修の様子



認知症サポーター養成講座

1月28日、18名の方が参加しました。認知症であっても活躍している方が増え、認知症に対する捉え方も変わりつつあります。認知症の特性や症状の特徴を正しく理解することができました。



UEC コミュニケーション ミュージアムガイドツアー

2月5日、調布市にある電気通信大学で学術調査員の方から通信の歴史や技術について学びました。25名の参加でした。



ツアーの様子



行事掲示板 (4月～6月)

4月

- Lカフェ 4月1日(水)
- 多摩川クリーン作戦 4月12日(日)
- 全地区委員会 4月21日(火)
- 職群班リーダー会議 4月24日(金)

5月

- Lカフェ 5月1日(金)

6月

- Lカフェ 6月1日(月)
- 第77回定時総会 6月18日(木)

検討中の行事

- ボッチャ体験会 (Lの会)
- 熱中症研修
- 自転車シミュレーション
- Lウォーク

Lカフェはセンター1階の会議室で行われます。

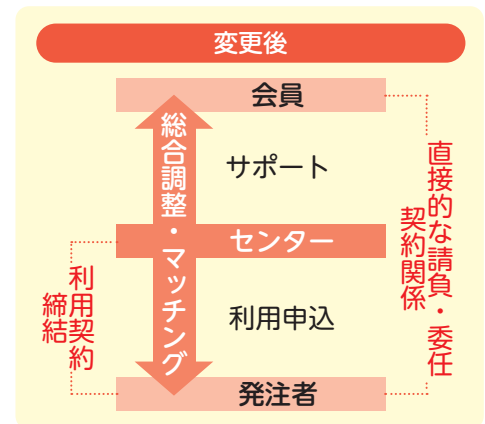
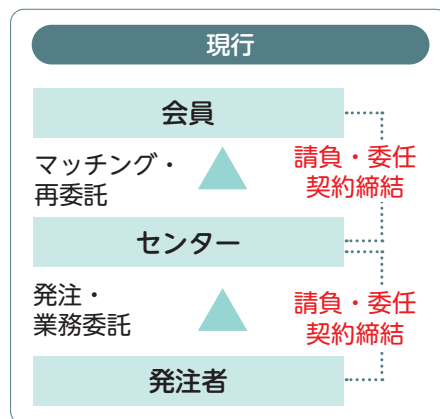
調布 FM 「午後のカフェテラス」 に出演

令和8年2月16日(月)調布FMラジオ「午後のカフェテラス」にシルバー人材センターの名取会長と鶴飼地域活動推進委員が出演しました。就業やサークル活動を通じた仲間づくり・居場所づくり・健康づくりについて語りました。また、ボランティア活動等の地域貢献の取り組み等も紹介され、センターが「働くだけでなく、人生を楽しみ、社会とつながる場」であることを伝えました。



フリーランス法と新しい契約方式に変わります

フリーランス法の施行に伴う厚生労働省の指導を踏まえ、令和8年度からシルバー人材センター会員の契約方法を変更します。会員の皆様には実務上の変更はありません。安心して就業してください。詳細はホームページ掲載のリーフレットをご覧ください。ご不明な点がございましたら事務局各担当者へお問い合わせください。



会員数

1,856名(男性1,089名、女性767名) 令和8年2月末現在

配分金支払日

3月分：4月15日(水) 4月分：5月20日(水) 5月分：6月15日(月) 6月分：7月15日(水)

編集後記

今号の表紙は、調布の里の鎮守様として親しまれている布多天神社です。

「就業のよろこび」では、まず布多天神社の美化活動(清掃等)を二十年にわたり担当され、神社から表彰を受けた超ベテラン会員の方を取材しました。長年変わらず地域を支えてこられた姿は、まさにシルバー世代の働くよろこびを体現されていると思います。

続いて入会三か月ながら三か所の家事援助を担当し、意欲的に活動されているシニア世代なりましたので元氣いっぱい女性会員にもお話を伺いました。

また「職場訪問記」では植木剪定班を取材し、その中でも女性の植木職人さんにスポットを当て、現場で生き生きと働く様子をご紹介します。

さらに本年一月からはイン스타그램の本格運用を開始し、投稿を重ねた結果、閲覧数やフォロワーも順調に増加しています。これからも誌面とSNSの両輪で、会員の皆さんに「働くよろこび」をお届けしていきます。乞うご期待！

(村岡隆雄)