

働くよろこび

第183号

令和8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

地域の安心を守る
「詐欺パト」…………… P 2、3

特集サークル活動を
始めたい人、集まれ!!
…………… P 4

深大寺水車館と管理の仕事をするシルバー会員



国会議事堂見学



ボッチャ体験会



地域の安心を守る「詐欺パト」 —— 会員 3 人が語る活動のやりがい

市内の ATM で「詐欺パトロール（詐欺パト）」の活動をしている会員 4 名が特殊詐欺被害を未然に防ぐという大きな成果をあげて警視庁調布警察署から表彰されました。今回は、その中の小川さん、酒詰さん、田口さんに活動への思いや日頃の取り組みについてお話を伺いました。

Q. 詐欺パトのお仕事ってどんなことをするんですか？

小川さん：銀行の ATM の前で利用者の様子を見守り、不自然な操作や長時間の利用がないかを確認しています。

Q. 詐欺パトを始めたきっかけや始めた時の様子を教えてください。

小川さん：定年退職後、シルバー人材センターから紹介していただいた仕事を続ける中で、詐欺パトにも声を掛けていただきました。

酒詰さん：私も定年後、年齢を理由に仕事を探すのが難しく、シルバーに入会しました。最初は詐欺パトの仕事にとっても緊張しましたね。どういうタイミングで声をかければいいのか分からなくて。でも、続けているうちに地域の方から「今日は当番なの？」とか「しばらく見なかったから心配したよ」と声を掛けてもらえるようになり、今では楽しく活動しています。

田口さん：私も最初はドキドキしました。「詐欺だったらどうしよう」「声を掛けて違っていたらどうしよう」と考えてしまっ。でも、経験を重ねるうちに少しずつ慣れてきました。

Q. 利用者への声掛けやエピソードを教えてください。

小川さん：私たちは警察官ではありませんので、まずは様子を見ることが大切です。携帯電話で話しながら ATM を操作している、普段より長時間操作しているなど、「ちょっと様子が違うな」と感じた時に注意して見守ります。

田口さん：ATM の操作方法を聞かれることもあります。でも、操作そのものを手伝うことはしません。研修でも「操作を教えないように」と言われていますので、分からない場合は銀行の職員に聞いていただくよう案内します。

酒詰さん：利用者の中には「見守ってくれていると安心する」と言ってくれる方もいれば、見られるこ



表彰式



とを嫌がる方もいます。いろいろな方がいるので、相手の気持ちを考えながら声を掛けることも大切ですね。

Q. 今回、表彰につながった事例について教えてください。

小川さん：就労終了間際、携帯電話で話しながら ATM を操作している方がいました。少し時間がかかっていて、様子も気になったので見守っていましたが、「これは少し違うのでは」と感じ、声を掛けました。同時に警察にも連絡しました。結果的に振り込み前だったため、被害を未然に防ぐことができました。



小川耕三郎会員

Q. 声を掛けるのは勇気がいりますよね。

小川さん：そうですね。でも、ユニフォームを着て活動しているので、「詐欺パトとして見守っています」ということは伝わっていると思います。声を掛けたことで被害を防げたのは、本当に良かったです。



酒詰幸子会員

Q. 活動を通して感じる、特殊詐欺の怖さは？

田口さん：「自分は絶対にだまされない」と思っている人でも被害に遭うことがあります。ATM の操作に慣れている人だから大丈夫、ということではないんですよね。

小川さん：だからこそ、「自分は大丈夫」と思わないことが大切です。知らない電話には出ない、留守番電話を活用する、不審な電話があったら一人で判断せず、家族や警察などに相談する。そういう習慣が大切だと思います。



田口実和子会員

Q. 詐欺パトを続けていて良かったと感じる瞬間は？

酒詰さん：やっぱり「ありがとう」と言ってくれた時ですね。最初は毎回緊張していましたが、今では仕事に行くことが楽しみになりました。

田口さん：私も、地域の方が私たちの活動を少しずつ知ってくださっていることがうれしいです。声を掛けなくても、私たちが立っていることで「見守ってくれている」と感じてもらえたら、それだけでも意味があると思います。

小川さん：短時間の仕事なので無理なく続けられ、自分の時間も大切にできます。地域の役に立ちながら働けることは、シルバー人材センターの仕事の良さだと思います。



座談会の様子

取材を終えて

3人の活動は、ATM を利用する一人ひとりの安心を守り、特殊詐欺の被害を防ぐ大切な力となっています。「自分は大丈夫」と思わず、困った時には誰かに相談する。3人の言葉には、同世代だからこそ伝えられる、身近な詐欺対策へのメッセージが込められていました。

取材（津野、村岡、石動）

特集

サークル活動を始めたい人、集まれ!!

仕事だけではない。もう一つの居場所がシルバーにはあります。
趣味や特技を通じて仲間と出会い、交流を深めるサークル活動です。
交流促進委員会は「あなたのサークル活動立ち上げ」を支援します。

当初の予定より人数が
膨れ上がり大変さはありますが、
助け合いながら楽しく
やっています！

各サークル代表から一言



人と人を繋ぐ
新たな居場所づくり
をぜひ一緒に
やりましょう！



スマホで遊ぼう
サークル 代表
津野さん

私の経験と日常行動
の延長でサークルを
立ち上げました。
気軽な気持ちで
始めてみて！



季節の花を愛でる会
代表
上村さん



健康麻雀クラブ代表
岸さん



低山・溪谷を歩く
自然塾代表
高井さん

サークル立ち上げは
迷ったけど、一回メンバー
と顔合わせをすると
自然とサークルのかたちにな
ります！

人生やった者勝ち！
サークルを立ち上げると
世界と仲間が広がります。
人生100年、自分も楽しく！
みんなも楽しく！



ふくろうの会 25 (伝
書絵サークル) 代表
宇都宮さん



交流促進委員会の
メンバー集めサポート
助かりました。
やり甲斐は生き甲斐に
つながります♪



オシャレ倶楽部 代表
結城さん

交流促進委員会からの メッセージ

今後立ち上げてほしい
サークルがあれば、ぜ
ひ**ご相談ください。**
一緒に**楽しい活動**を広
げていきましょう！

一步踏み出すと
世界が広がります！
あなたの
「やってみたい！」
をみんなで応援します！



太極拳ふれあい 代表
大澤さん

サークルの立ち上げ方「楽しい場」を一緒に作りましょう

① 相談する

シルバー人材センターへ
電話でご相談ください



② 登録・打ち合わせ

活動内容を交流促進委員
会と相談し登録手続きを
します



③ お知らせする

メンバー募集をメールな
どで行います（交流促進
委員会をサポート）



④ 活動スタート！

仲間と楽しく活動し
ましょう！



サークルは、会員同士の交流や生きがいづくりの輪を広げる活動です。あなたの「やってみたい！」を応援します。
(結城)

就業のよろこび ● ● ● ● ● ●

深大寺水車館の管理人とパソコン班講師、充実した日々

令和7年9月にシルバー会員となり、同年11月から「深大寺水車館」の管理人業務と、「パソコン班」でのスマホ・パソコン講座の講師業務を掛け持ちしています。

水車館は月曜日が休館日のため、火曜日から日曜日の週6日を3名の会員が日替わりで交代。私は月に7～9日ほど勤務しています。主な仕事は、水車を適切に動かし続けることと、見学者の方々に気持ちよく過ごしてもらうための清掃や環境整備です。秋には紅葉をお目当てに多くの方が来館されます。



落ち葉の掃き掃除が増えて手一杯になることもあります。徒歩15分ほどの通勤路も含め、豊かな自然に囲まれた健康的な職場環境に満足しています。

一方、パソコン班の講座はほぼ毎日開講されており、受講生の申し込み状況に応じてメンバーで分担



パソコン班・
公共施設管理(屋内) 高橋 久

して担当します。受講者の方と楽しく会話を交わし、満足していただけたときは大きなやりがいを感じる瞬間です。

どちらの業務も、諸先輩方が長年培ったノウハウを手順書として丁寧に整備してくださっていたおかげで、未経験からでもスムーズに始めることができました。温かく迎えてくださった先輩方に、心から感謝しています。

清掃チーム募集!!

一緒に街をきれいにしませんか？

お客様からのご依頼等により、会員が公共施設、アパートやマンション等の建物清掃を行っています。

現在、【清掃作業】の就業を行う会員を大募集しております。週1回1時間程度からでもOK！調布市の景観をこれからも美しく保つため、貴方の空き時間を有効活用しませんか？

ありがたいことに、市内のいろいろな場所で会員の力を活用したいとの声をいただいております。「仕事、運動、健康」と良いことづくめの現場になる可能性も！ご興味のある方は事務局担当者までご連絡ください。



「清掃チームについて」

「急遽、建物の清掃を頼みたいが、どこに頼むか？」「頼んでいた人が急にやめてしまい、後任がない」このような状況において、臨時的、短期的、軽作業をタイムラグなく行うため、新たな清掃チームの立ち上げを計画しています。

事務局の峯尾翔太です。
職員研修派遣制度で武蔵村山市シルバー人材センターから参りました。企業の清掃を主に担当しています。1年間よろしくお願いたします。



会員の広場



健康麻雀クラブ

西部地区 岸 秀則さん

令和8年5月25日(月)に、シルバー人材センターの7番目のサークルとして「健康麻雀クラブ」が発足しました。当初月1回の開催予定で準備していましたが、スタート説明会の来場者が36名。半数の方が立ち見状態の大盛況となりました。急遽6月より月2回の開催の運びとなりました。基本的には初心者、ベテランと分けていますが、仕事の関係上どちらでも参加OKとしています。7月末時点でメンバーは47名となりました(注:第1次募集は50名で、定員になり次第締め切りになります)。

サークルの主な立ち上げ経緯としては、高齢化に伴い脳の活性化を図り多くの人とのふれあいにより、コミュニケーションの増加を目的としています。安否確認にも繋がると思います。

高齢になると過去の麻雀仲間も減少傾向で、麻雀をやる機会も減ってきていると思います。シルバー「健康麻雀クラブ」では、メンバー集めの手間もお金もかからず、健康に麻雀ができる環境になっています。初心者には、優しく丁寧に教えています。



今回のお題は「昭和」

● 赤電話 かけたあの人 今いずこ

(青春)

● クリスマス ホテル予約も 彼女無し

(みえはる君)

● 昭和好き 祖母と孫とが 意気投合

(昭和なつかし子)

● シルバーで 働く人は 昭和人

(多摩っ子)

● 下駄はいて うちわかた手の 夕すずみ

(高野敏子)

● 郵便代 五円十円 今いくら

(倍増論)

● トンネルで 急ぎ窓閉め 汽車の旅

(民風)

● 五輪あり 戦後の昭和 発展期

(えー子)

● ブラウン管 叩いて直す 我がテレビ

(節約苦勞人)

● アナログが 大手を振った 昭和の世

(タケホンジン)

● スレスレの 昭和生まれも 中年に

(人材好き 震災嫌)

● 金がない? 俺んとこ来い 昭和節

(今日も一句)

● 蝉しぐれ 幼い心に 染み入って

(アマガエル)

● 夕暮れの 蝉の合唱 指を折る

(不二雄)

V
次のお題は「希望」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
11月6日(金)

総務委員会

第4回 会員文化祭12月18日(金)～21日(月)開催!!

たづくり2階南ギャラリー

時間 9:00～18:00 (18日は12時から、21日は15時まで)

会員の素敵な力作をぜひご覧ください。作品と一緒にご家族で写真撮影もできます。一般市民へのお知らせは「市報ちょうふ 12月5日号」に掲載します。ご来場をお待ちしています。



昨年度の会員文化祭の様子

作品募集

作品応募の申込は10月30日(金)までです。7月にお配りした会報182号の出品申込書にご記入の上、事務局までお申し込みください。



特別展示

広報委員会のメンバーが撮りためた会員のみなさんの写真も展示します。

お知らせ

Instagramを始めませんか？広報委員会がInstagramの登録をサポートします！
12月19日(土)、20日(日) 13:00～15:00 (参加申込不要)

ワークショップ 一緒にやってみよう！

- ① 12月19日(土) 10:00～12:00 6名 マフラーの巻き方とカラーコーディネート オシャレ倶楽部
- ② 12月20日(日) 10:00～12:00 6名 スマホでAI体験 パソコン・スマホ教室

※参加申込み：10月7日(水)から事務局まで(定員になり次第締め切ります)

※参加費無料 ※持ち物①はマフラーを②はスマートフォンを持参ください

ボランティア活動募集



①秋の多摩川クリーン作戦

11月8日(日) 7:45

多摩川河川敷集合

(詳細は折込みチラシ参照)

②喫煙マナーアップ・受動喫煙防止キャンペーン

11月12日(木)～18日(水)

京王線各駅前予定

(詳細は決まり次第スヌマ又はSMSで連絡)

③野川クリーン作戦

11月28日(土) 9:45

野川中島橋集合

(詳細は折込みチラシ参照)

事業委員会

予告 企画提案型シルバーカルチャー講座を募集します

次号の184号(令和9年1月)にて、講座開設の提案を募集します。

会員の皆さんがこれまで培った豊かな知識、技能、趣味の実技などを生かし、ご自身で講座を開設してみませんか？センターでの新しい就業機会の拡大や地域社会の生涯学習推進を応援するものです。会場としてサテライトルームを利用できます。

こんな方におすすめ

- 得意な趣味や専門技能を人に教えてみたい
- 自分の知識を活かして就業の幅を広げたい
- 「受講生の学習の笑顔」をやりがいに

例えば… 下記以外の得意分野も大歓迎!!

- 趣味・生活
編み物 手芸 茶 書道 囲碁 将棋 着付け 写真等
- スポーツ・健康
ストレッチ 気功 太極拳 ヨガ
- 文芸・美術
郷土史 自分史 短歌 俳句 水彩画 油絵 ペン習字等
- 演劇・音楽
コーラス 琴 日本舞踊 ダンス等
- 語学 外国語等

※問い合わせは事務局 塚田まで

広報委員会

調布FMラジオ「午後のカフェテラス」出演

下記の皆様に調布 FM ラジオ「午後のカフェテラス」に出演いただき、私たちのセンターの魅力を楽しく、わかりやすく紹介していただきました。

- 6月23日 **三木理事**「センターはシニアの社会参加のための居場所」
川辺監事「カリスマ刃物研師の心意気」
木村会員「家事援助はお客様に喜んでいただけてやりがいがあります」
 8月19日 **米田理事**「清掃など地域インフラを支えるエッセンシャルワーク」
宮崎会員「自分に合った働き方ができて、健康で充実した毎日」
新津理事「健康安全が第一、熱中症予防キャンペーン」

次回は、10月21日(水)13:30～13:45「午後のカフェテラス」

調布 FM83.8MHZ 放送予定。さて、次回はどんなお話が聴けるでしょうか！



6月23日



8月19日



見ていますか？調布シルバーのInstagram

広報委員会、各委員会代表がチームを組んでセンターの仕事、サークル活動や各種イベントを取材、Instagramに週2回の投稿を続けて9カ月が経ちました。おかげさまでフォロワーは500人を超え、多くの方にセンターの魅力を知っていただけるようになりました。

今後も会員のみなさんの活躍をリアルタイムに発信し、センターの魅力を伝えてまいります。是非ご家族やお知り合いにもご紹介いただくとともに、取材を希望する活動がありましたら広報委員会までお知らせください。



健康安全促進委員会

寒くなると転倒事故に注意！

今の時期は、日没が早くなることに加え、年末に向けて何かと気ぜわしくなり、転倒事故が起こりやすくなります。今年度発生した傷害事故の約9割が、転倒事故（自転車での転倒を含む）となっています。「急がず、慌てず、足元に注意」を心がけ、より一層、転倒事故の防止に努めましょう。

転倒事故を起こさないために気をつけること

- 1 就業場所に行くときには慌てなくていいように、時間に余裕をもって行動してください。



- 2 寒くなってくると身体の動きが鈍くなり、転倒事故が起きやすくなります。雪が降るとさらに注意が必要です。滑りにくい靴を履くようにしましょう。



- 3 夕方以降、暗くなると足元が見えにくくなり、段差などで転倒する危険がありますので、十分注意してください。自転車に乗る際は、ライトを点灯し、ヘルメットを忘れずに着用しましょう。また、段差を越える必要がある場合は、無理に乗ったまま越えようとせず一度自転車から降り、安全を確認してから自転車を押して、越えるようにしてください。



令和9年度安全標語募集

別紙応募用紙にてお申込みください

応募者、優秀作品入選者に
スマイルポイントを付与します。
締め切りは12月11日(金)です。

応募者：3点
優秀作品入選：5点



地域活動推進委員会

全員 集合! 今年もワクワク 「地区全員交流会」が開催されます!!

※内容は一部変更になる場合もあります。全地区おみやげとスマイルポイント付きです。



東部地区

11月12日(木) 10:00 ~
つつじヶ丘児童館ホール

内容

「和太鼓」
「混声合唱+一緒に歌おう」等

西部地区

11月13日(金) 10:00 ~
グリーンホール 小ホール

内容

「特殊詐欺対策+交通ルール」
「ウクレレとフラダンス+歌」等

南部地区

11月19日(木) 10:00 ~
グリーンホール 小ホール

内容

「チーム対抗〇×クイズ」
「アコーディオン+みんなで歌おう」

中部地区

10月9日(金) 9:45 ~
グリーンホール 小ホール

内容

「フレイル予防 講話と軽い運動」
「高齢者漫談」等

北部地区

12月1日(火) 13:45 ~
グリーンホール 小ホール

内容

「脳活・ふくろう舎」
「自己紹介+みんなで歌おう」等

交流促進委員会 (Lの会)

国会議事堂見学 報告

日 程：令和8年8月6日(木)

場 所：国会議事堂

参加者：25名

普段なかなか訪れる機会のない国会議事堂。重厚で美しい建築や、半円形に配置された議席が印象的な本会議場、彫刻が施された中央広間、御休所など、普段見ることのできない内部を間近に見ることができ、大変貴重な経験となりました。

見学後は議員食堂で昼食を取り、参加者同士で親睦を深めました。



大人の塗り絵教室 報告

日 程：令和8年7月27日(月)

場 所：サテライトルーム

参加者：15名

明治安田様にご協力いただき、「大人の塗り絵教室」は今回で3回目の開催となります。夢中になって塗り絵を楽しむうちに時間はあっという間に過ぎ、和やかな雰囲気の中で楽しいひとときを過ごしました。



50周年記念 「地区対抗ボッチャ大会」 に向けて!

「地区対抗ボッチャ大会」に向け、毎月練習会を開催しています。

ボッチャは、赤・青のボールを投げたり転がしたりして、白い目標球（ジャックボール）にどれだけ近づけられるかを競うスポーツです。年齢や体力に関係なく楽しめます。

初心者の方も大歓迎! 案内はSmile to Smileでお知らせしています。





林 明裕新市長を当センター名誉会長に推戴

令和8年7月22日就任された林明裕新市長を、定款第30条の規定に基づき、令和8年度第4回理事会にて名誉会長に選任し、推戴することを決定しました。

7月27日、林市長が当センターに市長就任のご挨拶のため来訪されましたので、名取会長から林市長に名誉会長への推戴状をお渡ししました。林市長からは、当センターの益々の発展に向けた激励のお言葉を頂きました。



名取会長と林市長



林市長と当センター理事

**令和9年(2027年)版
「会員手帳」の販売について**

ご希望の方は事務局窓口にてお求めください。数量限定のため、お電話での事前予約が可能です。

販売日：11月4日(水)より売り切れ次第終了 金額：330円/冊(税込み)

行事掲示板 (10月～12月)

Ｌカフェはセンター1階の会議室で行われます。

10月

●中部地区全員交流会

9日(金) 9:45～
グリーンホール小ホール

●環境フェア・ 緑と花の祭典

24日(土)～25日(日)
10:00～15:00
(刃物研ぎ、リサイクル自転車販売、自転車無料安全点検等参加)

11月

●Ｌカフェ

2日(月) 10:00～15:00

●多摩川クリーン作戦

8日(日) 7:45～ 集合：多摩川河川敷

●喫煙マナーアップ・受動喫煙防止キャンペーン

12日(木)～18日(水)

詳細は Smile to Smile お知らせ参照

●東部地区全員交流会

12日(木) 10:00～ つつじヶ丘児童館ホール

●西部地区全員交流会

13日(金) 10:00～ グリーンホール小ホール

●南部地区全員交流会

19日(木) 10:00～ グリーンホール小ホール

●野川クリーン作戦

28日(土) 9:45～

集合：野川大橋付近児童遊園

12月

●Ｌカフェ

1日(火) 10:00～15:00

●北部地区全員交流会

1日(火) 13:45～
グリーンホール小ホール

●福祉まつり

6日(日)

●会員文化祭

18日(金)～21日(月)
9:00～18:00
たづくり2階南ギャラリー

2027年1月

●Ｌカフェ

6日(水) 10:00～15:00

会員数

1,918名(男性1,140名、女性778名) 令和8年8月末現在

配分金支払日

9月分：10月15日(木) 10月分：11月13日(金) 11月分：12月15日(火) 12月分：1月20日(水)

編集後記

表紙は、最近若い人たちの間で「自然界限」として人気の高い深大寺の水車館と管理のお仕事をされている会員さんの写真です。蕎麦や小麦を挽く水車と古くからの農具が展示されている資料館で多くのお客さんが訪れます。

職場訪問記は「詐欺パト」のお仕事で特殊詐欺被害を未然に防いだことで、調布警察から表彰を受けた会員さんにお仕事について伺いました。こうした仕事が地域の安心を守る一助となっていて、私がシルバールの誇りです。

特集はサークル活動の紹介と、新しいサークルの募集です。昨年からは始まったサークル活動を通じて、新しい仲間づくり、楽しみづくりが進行中。こんなサークルがあったらいいなと思われている方はぜひ一歩踏み出してみませんか？

広報委員会では、会報の魅力ある誌面づくりに努力しております。いろいろな情報満載、ぜひ読んでください。シルバール材センターの活動をインスタグラムや調布FMのラジオ番組を通じて発信しています。どうぞご覧ください。(古田真理子)