

シルバー
Silver

しながわ

寒い日々でも懸命に咲いている寒椿、

暖かくなって咲き出した桜の木々！

『都立林試の森公園』は品川区民、目黒区民にとって身近な憩いの場です。



『林試の森』は、明治33年6月に「目黒試験苗圃^{びょうぼ}」として始まり、その後「林業試験場」に名称を変更、林野庁の付属となり昭和53年まで営々として使用されました。その後、筑波研究学園都市の建設に伴い、移転した跡地を整備し、平成元年6月1日「都立林試の森公園」として生まれ変わり開園しました。開園面積は120,762.91平方メートルです。

壮麗で、区民の憩いの場、スポーツ、レクリエーションの場として利用されています。実は案外知られていませんが、当センターの会員が目黒区シルバー人材センターと共同で公園利用者が心地よく過ごせるようにと週3回、計13名で公園清掃を行なっています。

ここでもシルバーパワーで、地域の方のため、環境保全のため、一役かっています。

**平成29年度
事業計画について**
事務局長 久保田 孝之

本年度はセンター発足以来40周年を迎えます。ここまで40年の歩みを振り返ると23区内でもトップクラスの実績を持つセンターに成長することができました。これも品川区からの手厚いご支援と会員相互のご理解・ご協力があったからと考えております。そういう輝かしい状況にある反面、センターを取り巻く状況は大きく変化しております。以下事業計画の概要をお知らせします。

まず基本方針としては、①現会員の維持及び会員増を目指し、年間を通じた取り組みを行う。②多様な就業機会の拡大と就業開拓を進めていく。③引き続き事故0を目指し、安全就業の取組みを強化するにしました。

● 主な事業計画

1 就業機会の確保・拡大

区が取り組んでいる地域包括ケアシステムにおいて各地区で展開される支え愛活動会議に職員が参加し区との連携を強めていきます。地域コンビニ事業では、これまで

の見直し状況を踏まえて、さらに利用しやすいように「ちょっとした仕事、スポット的仕事」の本格実施、料金体系の見直し、ダブル就業の拡大など充実していきます。しごと財団などから指導のあった事業については引き続き契約方法を見直したり、仕様の工夫を図るなどで対応しております。適正就業の関係では、問題点、課題を抽出してガイドラインを策定していきます。

2 普及啓発事業

会員数については2月末現在二千四百四十九人と昨年度と比較してやはり66名の減と大変厳しい状況が続いております。会員の募集の強化については、本年も事務局として多様な機会を通じてPRしていきます。その一つとして先般、会員募集ポスター等を新しく作製したところです。また、会員募集事業を年間を通じた事業として位置づけ、勧誘に成功した会員や地区については特別表彰の対象にするなどの検討をしていきます。

3 安全就業対策

当センターでの事故件数が昨年度で初めて半減することができました。この間、安全パトロールの強化、一人ひと声かけ運動、つま先立ち体操の継続、KY運動の実施などに取り組んできた成果が見え始めています。しかしながら、事故発生件数が減になったからと言って気を緩めてはいけません。引き続き安全就業の取り組みを継続していくことが重要です。いずれにしても安全就業の取り組みは緒に就いたばかりであり、さらに事故0を目指して取り組みたいと考えております。

今後、各地区での取り組みを期待したいと思います。

最後に平成29年度予算については次の通り編成いたしました。なお、収益と費用で差引き二千五百万余の赤字予算になっておりますが、これまでの剰余金を充当する予定です。今後も効率的な予算執行を目指して努力してまいります。



年間事業目標		収支予算書		
会員数(名)	2,600	科目	金額	前年比
就業実人員(名)	2,100	経常収益	1,337,826	△10,250
契約金額(万円)	125,000	経常費用	1,362,964	2,258
受託件数(件)	17,000	当期経常増減	△25,138	△12,508

認知症とは!

ケアマネージャーの松金会員による研修会

11月12日(土) 大井第二区民集会所 参加会員13名

現在、センターは品川区の進める地域包括ケアシステムへの協力を求められております。現在のところ、認知症の方を含めた介護保険の要支援の方対象の仕事は来ておりませんが、今後、家事援助や地域コンビニ等を通じて依頼がされるケースが多くなってきます。

そこで今回、認知症等介護に必要な初歩的な知識を習得しようとして初めて研修会を開催いたしました。講師は、ケアマネージャー資格を保有している松金会員にお願いしました。研修は忌憚のない意見交換の場にもしていきたいということで座談会方式で実施してみました。

松金会員からは、高齢者特に認知症の方の特徴である身づくろいや言動の点に関し、事例とその対処法が紹介されました。

各会員からは高齢者や障害者の方への支援をする中で失敗談や困った事などが披露され、笑いも含めて活発な意見交換が交わされ、予定の2時間もあつと言う間に過ぎてしまいました。

今後にも今までに経験したことのない様々なケースに遭遇するかも知れませんが、今回の研修は大いに参考になりましたと多くの会員から感想がありました。



研修会に参加してメモを取る会員さん達！

8年目を迎える喫煙マナーアップ啓発事業

—安全で安心のきれいな街を目指して— 荏原支部 志村直朗

品川区内の主要な駅の周辺でオレンジ色のベストを着て、タバコの吸い殻を拾いながら啓発活動に従事している会員さんを見かけたことのある人は多いのではないのでしょうか。

現在、大井町、五反田、大崎、青物横丁などの駅周辺を対象に、歩行喫煙の防止、喫煙者へのマナーアップを目指して87名の会員さんがそれぞれの駅で活躍中です。

この事業は平成15年10月に施行されました『品川区歩行喫煙および吸い殻・空き缶等の投げ捨てるの防止に関する条例』に基づき実施されており、平成22年度から喫煙マナーの向上や地域美化、環境悪化防止のため巡回指導や啓発活動、喫煙所の清掃をセンターが受託し、今年の4月で8年目を迎えました。

条例では、「品川区内のすべての公共の場所でポイ捨ての禁止及び歩行喫煙しないように努めること」となっています。

既に区民の皆さんにも広く認知されて、就業中に直接会員さん

が感謝の言葉をいただくことも多いそうです。



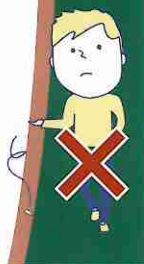
区役所の現在の担当課長である地域振興部の生活安全担当課長の濱田様にお話を伺いました。

「センターが受託して8年目を迎えた喫煙マナーアップ事業ですが現状は如何でしょうか。また、今後、センターや従事会員に希望することはありますか。」

「日頃から区内の喫煙者へのマナーアップ向上と啓発活動を行っていただき、誠にありがとうございます。就業会員の皆さまのおかげで区民の方からたくさんのお感謝の言葉をいただいております。この仕事を始めた頃に比べると、路上喫煙者の数は年々減ってきております。今年度は区役所からも巡回パトロールの回数を増やし、取締りを強化していきますので、今後も一緒に協



熱心に取り組んでいる会員さん達、今後の活躍に期待します！



安全就業の取組みを総括して

事務局長 久保田 孝之

毎年、この時期になると1年間の安全就業の結果についてお知らせしているところですが、事故件数については、**今年度はなんと昨年度と比較して2月末現在9件の減、12件の発生件数になりました。**この結果に非常にびっくりして、そして大いに感激しているところです。昨年度は、シルバーしながわ、センター通信で何度も事故が減らないことを悔やみ、会員さんへの注意を呼び掛けてまいりましたが、ようやくその成果が少しずつでも現れてきたようです。その兆候は、確かにあります。昨年のセンター通信10月号に9月の事故発生が0件だったことをお知らせしましたが、それ以来、何件かの発生はあったものが大きな件数にはならなかったというものです。減の要因のきっかけになったのは7月、11月、2月の安全就業強化月間の取り組みです。これまでの「つま先立ち体操」「一人ひと声かけ運動」「KY運動の実施」などの取り組みの他に安全パトロールの強化をしたことで

す。植木現場や清掃現場の他に施設管理など安全管理委員から自主的にもっとパトロールを強化したいとこれまで予定されていたパトロール回数を上回る実施をしたことであります。特に植木班は、一昨年の重篤事故以来、独自の安全就業のルールを定めて事故防止の改善を進めてまいりました。二度と重篤事故は起こさないとという決意がようやく表に現れてきたというところ。また、地区委員会の活動も効果をあげました。地区の役員が自らの会員に直接注意を呼びかける行動は、自分たちにとって身近な問題であることと喚起させるのに十分なことでありました。

しかしながら、これで安心してはいけないと思います。事故はいくら自分たちが注意してもひよんな場合に巻き込まれてしまふ。しかも、その時の怪我の状況は決して軽くないことでもあります。また、最近では自転車による事故が被害者、加害者問わずしかも重大事故に遭うことが多くなっています。そういうことから安全就業の取り組みは

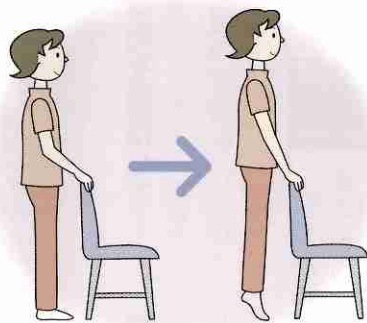
緒に就いたばかりと言うこともできません。そこで29年度は自転車シミュレータ交通安全教室の開催を予定しております。これは、模擬の街中のコースが映像で出てくるところを実際に自転車にのって体験してもらって、危険なところや車が突然飛び出してくるなどのリアルな体験で危険性を認識させると言うものです。

また、これまで取り組んできた「つま先立ち体操」に続く第二弾として「楽にできる腰痛体操」を奨励していきます。体力維持のために是非とも取り組んでいただきたいと思えます。

今後も安全就業については、安全管理委員会の活動を中心にさらに活性化して再び事故0を目指して取り組んでまいります。会員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

転倒予防として

『つま先立ち体操』を継続しましょう。



写真左から 奈良会員・佐藤会員・橘会員・武石会員・酒井会員

**安全標語が
決まりました!!**

テーマ① 転落・墜落・転倒防止
**慣れからくる うっかりぼんやりが
大事故に**

テーマ② 事故0を目指して
注意する 心を持って 事故は0

最優秀賞

大崎地区 奈良 正美 会員
荏原地区 武石 努 会員

優秀賞

戸越地区 佐藤 清好 会員
大井東地区 橋 ヨシエ 会員
品川北地区 戸松 重夫 会員
大崎地区 酒井 儀幸 会員

作品につきましては、毎月発行のセンター通信で発表していきます。



就業相談

仕事のことや職場の悩みなど、理事が相談をお受けします。

四月十三日(木) 午後一時～午後四時

本 部 伊 藤 理 事
荏原支部 門 馬 理 事

五月十一日(木) 午後一時～午後四時

本 部 門 馬 理 事
荏原支部 和 泉 理 事

六月 八日(木) 午後一時～午後四時

本 部 和 泉 理 事
荏原支部 伊 藤 理 事

楽にできる腰痛体操

会員の皆様、お仕事お疲れ様です。皆様の中で最近、どうも腰の具合がちょっとと言う方おられませんか。今回は、安全就業や健康維持のために「つま先立ち体操」に引き続き「楽にできる腰痛体操」を紹介いたします。

誰もが年を重ねるたびに体力が低下し、筋肉もこわばります。

金さん、銀さんというとっても元気で人気だった双子のおばあさんを皆さん知っていますよね。満108歳まで生きた銀さんの口癖は「人は足から死んでいく」でした。実は、お姉さんの金さんは90歳半ばくらいまで自力で歩くこともできず、認知症も思っていたそうです。しかし、銀さんに負けじと90歳後半から毎日の散歩で足を鍛えたところ、歩けるようにまで筋肉が改善され、さらに、そのおかげで血流もよくなり認知症も和らいだとのことです。日々の体操によって、金さん銀さんに負けない体づくりをして健康寿命を延ばしましょう。

今回紹介する体操は太ももと腰の筋肉を鍛えます。椅子に座って行いますので、安全に筋力や柔軟性を高めることができます。以下の3つの体操を朝昼晩と5〜10回ずつ行なうのが理想です。体操は毎日することに意味があります。つま先立ち体操とセットで行ないましょう。

腰痛対策



上体前倒し

息を吐きながら体の力を抜いて上半身を前に倒し10秒保つ。朝昼晩5〜10回



片足上げ

背中をつけたまま片脚をあげて10秒保ち、腹筋と脚の筋肉を強くする。朝昼晩左右交互に5〜10回



背中で壁押し

背中全体でゆっくりと壁をできるだけ強く押す。朝昼晩5〜10回

新年全体会、全地区で『適正就業について』の研修を実施！

今年の新年全体会では、全地区で適正就業研修を実施致しました。

この研修の目的は、センター通信等でも既にお知らせしているところですが、現在のセンターの就業状況は40年前とは大きく変化しており、より時代にふさわしい条件や環境が求められております。どういうことかと言うと、これまでセンターの仕事の大半を占めている臨・短・軽と言った仕事が他の民間機関でも参入することが出来るようになったこと、仕事の内容や進め方に派遣事業ではないかと言います。

具体的には、会員に「あれをしない、これをしなさい」など発注者が直接指揮命令をしていないかと言うこととです。もともと、請負契約はセンターが契約の内容を発注者と調整してそれを会員さんに伝えたり、仕事の仕方はこちらの裁量で実施するのが原則です。しかし、

中には直接、指示したりその疑いがあるとの指摘を受けた就業現場も存在してきたということとです。これからは、そういう事象があれば是正しなければなりませんので、心配な点があったり、心当たりのある方は遠慮なく事務局までお知らせ下さい。

また、契約についても適正就業の面からはあいまいなところもありました。今回の指摘に対して一気に見直しを実行するとは難しいですが、一つひとつより適正な契約になるよう見直しを図っているところです。

以上、このようなお話を戸川会長や久保田事務局長等から全体会会の場で研修として実施いたしました。



大井地区での戸川会長の講演



戸越地区での久保田事務局長の講演

各地区のこれまでの歴史などを取り上げていきます。第7回

八潮地区のこれまでの歩み

八潮地区委員長 千葉 陽一

八潮団地は、大井ふ頭の埋め立て地の一部に南北約一、一〇〇m、東西五〇〇mの大規模団地で昭和58年3月から入居が始まり八潮パークタウンと名のようになりました。緑豊かな植栽、歩道は立体交差、当時は珍しい電線の地中化、幼稚園、保育園、学校(小3、中2)交番、消防、郵便局、銀行、スーパーなど生活インフラは整っていました。それに近隣の清掃工場からは排熱利用の高温湯が供給され冷暖房に今でも活用されています。また、大井ふ頭は広域避難場所に指定され、非常用品などが備蓄されています。

入居当初は、約五、二〇〇世帯に一万五千人の人が住んでいましたが、三十年後たった現在では一万三千人、高齢化率も32%と品川区で一番高い街になっています。

それとともに街も変化しています。学校も小中一貫校の八潮学園と明星学園の二つになりました。残りの学校はコミュニティセンターや高齢者福祉センターに転用されています。

八潮は各地から移転されてきた方々ばかりなのでいろいろなイベントが盛んです。連合自治会の新年会、

運動会、八潮祭りなど各自治会が協力して近隣住民のために活動しています。

昨年は防災訓練に八潮地区の会員が参加して家具の転倒防止、ガラスの飛散防止のPRをしました。高齢化の街だからこそ、私たちシルバー人材センターの働きや活躍が期待されています。現在、八潮地区は会員145名、高齢化しているが元気で現役が多いです。楽しく働き暮らせる街、八潮は、良いまちです。



現在の八潮団地の風景

健康管理について

会員の皆様が安心して働くためには、まず健康という言葉が一番出てくると思います。

シルバー人材センターを退会される理由で一番多いのが病気やケガです。残念ながら毎年百名を超す退会状況にあります。健康は自分で守るのが原則であり年に一回は健康診断を受診することをおすすめします。

国保加入者の方は、年に一回無料で「国保基本健診」が受診できますし、品川区からのがん検診等の通知が届きましたら積極的にご利用いただきたいと思えます。

また、お住まいの近くでかかりつけ医がない方は、医師会にお問い合わせいただくで紹介していただけないので、身近にちょっとした体調の変化等を相談することができる「かかりつけ医」を持ちましょう。

また、最近、感染症の中で結核患者が働き盛り世代も含め増えています。咳が長引く等の症状があったら、病院で受診しましょう。六十五歳以上の方は結核検診を年一回無料で受診できますので、基本健診とあわせて活用して下さい。

会員さん趣味のコーナー

アコーディオン人生50年の楽歴

大崎地区 針ヶ谷 清成 会員

小学校の時から勉強が嫌いで、大人になつたら芸能人になろうと固く決めていました。しかし、その夢も間もなく断念し、終戦直後に自称長谷川一夫の弟子で福島一夫と名乗る一座に入り、その後は、横浜のストリップ劇場で働きました。その頃は、ギターを弾いていました。

私の実家は、横浜六浦でコロケ屋を営んでおり近くにダンスホールがあり、そこで弾き始めたのがアコーディオンです。以来、アコーディオンは私の恋人であり体の一部であります。ジャバラに空気を吹き込みリードを通して明るく、寂しく、悲しみを心臓に伝え、その音色を外へ出す楽器です。年を重ねて体調が衰えても手放せません。

昭和26年に品川区五反田に移りましたが、父の洋食店を手伝いながら、銀座のダンスホール、キャバレーで演奏活動を続けました。ここでは、ビブラフォンを演奏しましたが、有名人もよく訪れました。

戦争、結婚、震災で家も失い、両親、弟二人を失っています。センターに17年前に入会して仕事を続けています。

ここまで元気で仕事を続けることが出来たのも多くの人たちと知り合いになり、そして今日まで支えてくれた素敵な女房の助けがあったからだと思います。ありがとうございます！



アコーディオン演奏中の針ヶ谷会員

会員さん趣味のコーナー

体力錬成と心の持ち方

大崎地区 門馬 友子 会員

歳をとると体力や気力等が衰えてきます。しかし、努力して毎日の生活を楽しく、そして希望ある明るい生活をしたくと私は常々思っています。

私は、幸いなことに14年前に目黒川沿いに住むようになりました。それから週3〜4回程度、川沿いの遊歩道を上り、中目黒、東京共済病院前の目黒川9番目の橋、田楽橋を渡って中目黒公園を一周します。公園には、四季折々の花が咲いていてとても心が和みます。初夏には、梅の実、山桃、秋には、オリブの大樹が紫の実をたくさんつけます。

約1時間7,000歩程度ですが丁度いい距離だと思っておりますし、道端に咲く花や、桜並木の木漏れ日、自然に身を置いて楽しんで歩くのが日課となっております。

ところで、10月1日発行の「シルバーしながわ」の局長さんの安全就業のお話の中に「事故の起きた要因を検証して、再発防止のためには何が必要か」などがありましたが、日ごろから運動を心がけることが大切だと思っております。3年前から週1回金曜日に西五反田シルバーセンターへ出かけてトリム体操を1時間ぐらい続けております。ご指導くださる先生のご主人も実はセンターの会員です。とてもいい先生でご指導もお上手で本当に楽しんでやっています。

こうした努力の積み重ねが健康増進や事故防止に役立っていると思っています。心から心身共に健康の喜びを味わうことができますよう、皆さんも場所を見つけて体力錬成に心がけてはいかがでしょうか。



楽しんで歩く、散歩中の門馬会員

会員の皆様

普段やっていること、これからしようと思っていること、どんなことでも結構です。投稿を歓迎します。写真やこんな趣味等募集しています。事務局まで

平成29年度定時総会のお知らせ

日時 6月16日(金) 1時から
会場 きゅりあん大ホール

定時総会は、定款に基づき年一回開催され、平成28年度の決算の承認や理事の選任などがあります。重要な会議ですので会員の皆様の出席をお願いいたします。

40周年記念行事の進行状況

実行委員会を二度開催して次の事項が決まりました。

一 記念イベント

六月十六日(金)定時総会後
第二部

(1)講演会(二時半頃から)

講師 石橋 智昭氏
(ダイヤ高齢社会研究財団研究部長)

(2)寄席(三時半頃から)

落語 三遊亭遊雀
桂 宮治(品川区在住)

二 記念品

現在検討中です。会員全員に差し上げます。
各事務所に行くこととなります。

三 各地区の記念行事

各地区で日帰りレクや夏の全体会など、例年以上に盛り上げていくことを検討しています。詳細は各地区にお問い合わせ下さい。

四 40周年記念誌

十月三十日発行を目標に進めています。これまでの歩みや記念行事の様子などを掲載します。

健康・生きがいフェスタ 2016

昨年の12月10日(土)きゅりあんにて「人生は二幕目がオモシロイ!」と題して、高齢者の多様な生き方を提案する為に様々な団体が参加して開催されました。

30もの団体が出演した中で、わがシルバー人材センターのブースではモコモコドッグ・ハンカチタオルのPR用品を配布しながら入会出張相談を行ない、入会勧誘をアピールしました。来場者の中には、センターの存在を知らない方も多くいましたが、ブースに訪れた事で「働くという選択肢を具体的にイメージ出来た」というお声も頂きました。「センターの存在は知っていたがどんな仕事があるかわからなかった」という方もいて、仕事の内容を様々な説明すると、「働く意欲が湧いてきた」と入会を希望する方もおられました。

特設ステージでは、楽器の生演奏など高齢者にとって晴れの舞台にもなりました。その中でセンターの田山会員の姿がありました。器用に大小のハーモニカを演奏し、団体の中心メンバーとして活躍している姿は、まさに人生をオモシロク楽しんでいるようでした。

健康で生きがいのある人生の送り方は人の数だけあります。たくさんの方の選択肢の中のひとつに、センターで働くことがあるということを知りたい方も伝えて行きたいと思えます。



写真前列中央が演奏中の田山会員

職員の人事異動

《本部》4月1日付主任昇任

中俣 勝太郎



あとがき



新都知事になって「食の安全」が問題提起され、築地市場の豊洲への移転が延期されました。

移転を決定し、土地を購入した当時、土壌の汚染はわかっていたと言われています。それなのになぜ東京都や都議会は今の技術をもってすれば「安全は確保できる」と思ってしまったのでしょうか。まさか利権がからんでいるとは思いたくはありませんが、「安全」は私たちの生活にとって一番大切なものです。

本年度の安全標語の入選作が決定いたしました。標語を掲げるだけでなく、みんなが実践し、事故報告がないように努めましょう。

(担当理事 柳下 恭治)

会員総数

平成29年2月末日現在

2,449名

男 1,395名

女 1,054名