

品川区内で見つけた秋模様



北品川3丁目:子供の森公園



南品川1丁目:目黒川付近



小山台2丁目:林試の森公園



東大井1丁目:鮫洲運動公園

食欲の秋という言葉がありますが、日本では江戸時代から使われており、夏の暑さで食欲が落ちた人々が、秋になって涼しくなり、また稲刈りや収穫などで忙しくなって、よく食べるようになったことから生まれた言葉です。今年の夏も暑さが厳しく食欲が低下して体力が落ちてしまったという方もいると思います。よく食べてよく働いて健康維持に繋がっていきましょう。

今号では品川区内で見つけた『秋』を掲載しました。会員の皆さんが撮影した『品川区内で四季を感じる』ことのできる写真』がありましたら、事務局までお問い合わせください。





自転車に乗るときは交通ルールを守って安全に

当センターの会員が7月30日に自転車で就業先へ向かう途中、乗用車と衝突して亡くなるという事故が発生しました。お亡くなりになった会員のご家族の方々には心よりお悔み申し上げます。

事故を受けて、臨時に安全管理委員会を開催し今後の対策について協議をしました。事務局より今後様々な取り組みについて発信をしてまいります。事故は他人事ではありません。自分の身を守るためにも会員一人ひとりが意識を高め、事故防止に努めるようお願いします。



自転車の正しい乗り方

車道の左側を通行	車道の通行が原則ですが、70歳以上の高齢者は歩道の通行も可能です。ただし歩道では徐行し歩行者優先を忘れずに。また道路の右側を通行すると逆走になり大変危険です。
交通ルールは必ず守る	信号の遵守、交差点での一時停止など交通ルールを守り、安全運転を心がけてください。
夜間はライトを点灯する	夜間はライトを点灯しないと、周囲から見えにくくなって大変危険です。
飲酒運転はしない	少しでもお酒を飲んだら自転車には乗らないようにしてください。
ヘルメットを着用する	自転車での死亡事故の死因の7割が頭部の損傷です。ヘルメットを着用することで、事故の際の致死率は大きく減少します。
賠償責任保険へ加入する	東京都は条例で保険への加入を義務付けています。

※自転車に乗る前には、ブレーキの利き具合やサドルの高さ（両足が地面につくか）などの確認を忘れずに。

自転車保険について

品川区シルバー人材センターでは、東京しごと財団や東京都が推奨している「サイクル安心保険」のご案内をしています。自転車賠償保険付きの傷害保険で、年間の保険料は1,670円～7,340円です。申込書類は本部・荏原支部・東大井支所・ゆたか支所に置いてあります。保険に未加入の方は必ず加入するようにお願いします。なお、すでにご自身で加入している場合は重複して加入する必要はありません。



安全標語の募集について

令和8年度に向けた安全標語を募集します。

今回のテーマは

① 「転倒予防と健康管理」

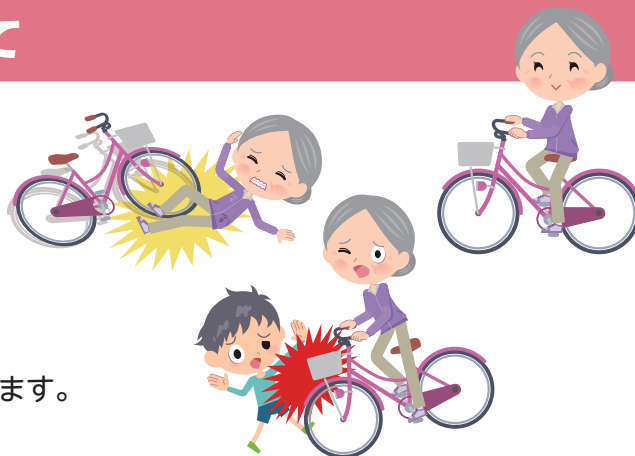
② 「自転車事故防止」

です。各テーマ1点ずつ作品を応募できます。

応募締め切り：11月28日(金)

応募する場合は、会員番号・氏名・標語（テーマ①・テーマ②の別も記入）を記入した用紙（様式は自由です）をご持参いただくか、各事務所（大井作業所を除く）に置いてある応募用紙にご記入の上ご提出ください。

12月に選考委員会で最優秀・優秀賞作品を決定します。最優秀・優秀作品は1月の理事会で表彰し、その後東京しごと財団に品川区シルバー人材センターの代表作品として応募いたしますので、奮ってご応募ください。



11月は令和7年度2回目の安全就業強化月間です。

昨年度の傷害事故は「転倒」と「自転車事故」が主なものでした。ちょっとした不注意での事故が多く、気を付けていれば防げた事故ばかりです。作業がマンネリ化して行動を省略しがちになっていませんか。また、過去5年間の事故発生状況を見ると11月に事故の発生が多くなっています。寒さに向かう時期で体調が変化したり、体の動きが悪くなっていたりすることも一因なのかもしれません。慣れと過信が事故の元です。KY活動を実践して、もう一度自分の行動を見直してみましょう。

危険予知(KY)について

危険予知とは、普段から万が一の事故につながるような危険な個所を想定し、注意を払うことで事故を回避しようとすることです。前にヒヤッとした場面や他の会員さんの事故事例を参考にして、自分だったらどう回避できるかをイメージして、事故の回避に繋げましょう。声に出すとより一層の効果が期待できます。

ひとりKY

会員の中には一人現場で就業している方が多くいらっしゃいます。一人の現場でも「自分の身は自分で守る」をモットーに、作業前に想定される危険個所を確認して事故防止を図ることが重要です。事故の原因のおよ80%は「ぼんやり」「うっかり」「大丈夫だろう」といったヒューマンエラー（不安全行動）によるものだと言われています。

それぞれの作業現場に合わせた自問自答チェックリストを作って危険予知活動を行い、事故を防ぎましょう。

チェックリストの一例

- | | |
|--|----------------------------------|
| ☐ 墜落しないか・転落しないか | ☐ ぶつからないか |
| ☐ 落ちてこないか・倒れてこないか | ☐ 感電しないか |
| ☐ 挟まれないか・巻き込まれないか | ☐ やけどしないか |
| ☐ 切れないか・こすれないか | ☐ 腰を痛めないか |
| ☐ 転ばないか・滑らないか | ... |

就業会員大募集！ 朝の児童の居場所見守り事業

既に、5月から3校（源氏前小・戸越小・豊葉の杜学園）で事業がスタートしていますが、他の34校についても10月下旬から準備ができ次第事業を開始する予定です。近所の知り合いや仲間の紹介も大歓迎です。お気軽にご応募ください。

日 時:平日(月～金) 7:20～8:30

配分金:2,175円/回

内 容:利用児童の受付・正門や居場所教室での見守り・準備・片付け等

※今後予定している朝食提供がある場合、7:00～8:30・配分金2,610円/回

実際に就業している会員の声



朝の時間を有効活用でき、子どもたちと接することで気持ちが若返ります。

子どもたちを学校で見守ることで、少しでも地域貢献できていると思っています。



ご興味ある方はぜひ荏原支部の和田（☎03-5751-3334）までお問い合わせください。

令和7年度夏期全体会が開催されました

酷暑の続く中でしたが、今年も元気に各地区で夏の全体会が開催されました。年が明けると新年全体会が開催予定です。会員の皆様、お住いの地区の全体会に是非ご参加ください。



品川南地区



大崎地区



八潮地区



大井地区



大井西地区



荏原地区

●品川北地区

開催日の8月2日は朝から暑い天気でしたが、44名の方が参加してくださいました。

松島委員の司会進行に始まり、つま先立ち体操を実施しました。

次に宮本委員長挨拶の中で、品川北地区の会員数が増加している等の報告がありました。続いて野口副会長より、センターの現況および更なる会員数増加の依頼、事務局の荒木次長からは、数日前に起こった自転車事故の話があり、自転車の乗り方を再点検していただく話がありました。更に小倉安全管理員より安全標語4作品を参加者全員で唱和し安全就業に努めていただく話がありました。その後地区委員より担当地域および自己紹介を行いました。

次に、講演として品川警察署交通課成田様より来年4月より変更される自転車の罰則の強化についてお話をいただき、更に自転車の正しい乗り方について資料を用いてお話をいただきました。質疑の中では、普段の自転車の乗り方や危険な走行を見かけた話等を質問されていました。

講演終了後は、戸川監事の乾杯の音頭で食事を取りながらの懇親・歓談・カラオケを実施し、蔵満副委員長の挨拶で盛況の中終わりました。



●大井東地区

8月10日に開催。朝から雨の降る中でしたが総勢36名の方が参加されました。鈴木副委員長の司会で、まずは皆さんでつま先立ち体操を行いました。

その後板垣委員長、田山会長と挨拶がありました。その中で、今年度発生してしまった自転車死亡事故の概要説明と注意喚起を行いました。また新規事業の朝の居場所見守りへの協力依頼、人生100年に向けたたんぱく質摂取の話がありました。

昼食の後は榎本様と渡邊理事による黒田節・お江戸日本橋の踊りの披露があり、その後、参加者全員で盆踊りをしました。東京音頭・品川音頭・品川甚句の3曲で、それぞれ最初に榎本様と渡邊理事の振り付け指導がありましたので、盆踊りに不慣れな方も楽しまれました。ちなみに私は小学生の時以来の盆踊りでした。運動には自信があったため、すぐに覚えられようと思い挑戦しましたが、振り付けを思い出しながら曲に合わせて踊ることは想像以上に難しく、手と足が何度もバラバラとなってしまう上手く踊れませんでしたが、ただ、振り付けを覚えて曲に合わせて踊る盆踊りは会員世代の方には気軽に始められる上に、頭と体を使うので健康維持のための運動に適しているのではないかと感じました。激しい運動ではないため負担も少なく、参加した方との会話や交流も生まれるので、機会があれば皆様も挑戦してみてはいかがでしょうか。

最後はビンゴゲームでも盛り上がり、商品がもらえた方も、そうでなかった方も楽しい時間を過ごすことができました。参加された皆様、お疲れさまでした。



●中延地区

8月11日に開催。当日は雨が降ったりやんだりのあいにくの天気でしたが、30名の方が参加してくださいました。

生出副委員長の開会挨拶に始まり、次に大和田副委員長の掛け声のもと、安全宣言を全員唱和。続けてつま先立ち体操を行いました。次に岡委員長からのご挨拶と、事務局からは古巻常務理事、荏原支部から和田所長が参加しそれぞれ挨拶がありました。挨拶後は、乾杯の音頭で食事を取りながらの懇親会。久しぶりに会う仲間との近況や情報交換など、楽しい時間を過ごされていました。

食後は荏原警察署から署員の方3名にお越しいただき「特殊詐欺とその被害防止策」についての講演がありました。警察の方も、いまだに無くならない被害に日々苦勞されているようでした。最近では、警察官を装い、電話やLINEで誘導し、お金を振り込ませる詐欺が急増しているとのことでした。警察は「逮捕状が出ている」と電話をすることや、公務でLINEを使用することはないそうです。また、警察手帳や逮捕状、令状の写真を皆さんのスマホに送ることはありません。そんなことがあったら、それは詐欺です。手口も巧妙になっていく一方、加害者も昔のようにいかにも悪そうな人ではなく、一般の学生や若い子が罪の意識なく、アルバイト感覚の軽い気持ちで犯罪に手を染めていることも話され、自分の身は自分で守ることが必要であり、おかしいと思ったら、友人や警察に相談することが大切です。参加した会員さんの中でも、実体験をもとに、こんな風に電話が掛かってきたと具体的なお話を発表してください、みなさん仲間の会員さんから話を聞くことで詐欺が身近に迫っていることを実感しているようでした。また、同じような電話が自分のところにもあった。なんて声も聞こえてきました。

閉会の挨拶のあと、最後に全員での集合写真を撮影し、名残惜しくも解散となりました。



●戸越地区

8月10日(日) 中小企業センターにて開催。小雨の降る足元の悪い中25名の方が参加されました。阿久津副委員長の挨拶から始まり、古巻常務理事より、会員の方が仕事に行く途中、自転車事故により逝去された旨の報告があり、交通ルール遵守の重要性が改めて呼びかけられました。昼食後は警察提供のDVD「自転車の交通ルール」を視聴し、特にヘルメット着用の重要性が強調されました。

その後、渡辺・木村委員による「うさぎとかめ・浦島太郎」の歌合戦が行われ、交互に歌う形式に挑戦。混乱しながらも笑いが絶えず、認知症予防にも効果があると紹介されました。

阿久津副委員長による手品では、選んだカードを見ずに当てるトリックや、続いて行われた、縦・横・斜めの合計がすべて同じになる不思議な数字パズルを全員で体験し、会場は驚きの声に包まれました。

そして、最後はカラオケ大会で盛り上がり、笑顔と満足感に包まれた全体会は閉会となりました。



地区委員長紹介

品川区シルバー人材センターでは、区内を10地区に分けて、地区委員を中心に各地区で工夫を凝らした活動が行われています。今回は、10人の地区委員長にご自身の紹介と各地区のアピールポイントを教えていただきました。

品川北地区



宮本 享
(みやもと すすむ)

自己紹介▶忙しく動いていないと落ち着かないです。

地区アピール▶旧東海道、御殿山地区と歴史を感じる楽しく明るい地区です。

品川南地区



清藤 富雄
(せいどう とみお)

自己紹介▶高齢でも頑張っています。

地区アピール▶すべて良い。絆をいつも大切に。

大崎地区



川名 安友
(かわな やすとも)

自己紹介▶いつもニコニコ笑顔で！

地区アピール▶自然豊かな公園が多い地区です。

大井東地区



板垣 幸雄
(いたがき こうゆう)

自己紹介▶入会は2002年、理事は2009年から6年間、委員長は2015年から10年間。

地区アピール▶会員数240名、地区委員男性4名、女性9名。会議の主導権は女性です。まとまりのある地区です。

八潮地区



佐藤 利行
(さとう としゆき)

自己紹介▶シルバー入会30年。今年92歳になりました。

地区アピール▶品川区で最も新しい住宅団地で、公園が多く環境は抜群です。

大井地区



木島 正勝
(きじま まさかつ)

自己紹介▶先日会員継続10年で表彰されました。コツコツやるタイプです。

地区アピール▶声掛けするとすぐ集まる地区です。

大井西地区



古賀 忠壹
(こが ただいち)

自己紹介▶入会以来、伊藤学園での交通安全旗振りをしています。

地区アピール▶一番少人数会員の地区です。仲良くやります。

荏原地区



古賀 尚宏
(こが ひさひろ)

自己紹介▶荏原地区を明るく楽しい地区にしたいと思っています。

地区アピール▶企画している3回のイベントは楽しい会です。

中延地区



岡 英世
(おか ひでよ)

自己紹介▶源氏前小学校、いまは無き荏原四中を卒業した地元出身の78歳です。

地区アピール▶年3回のイベントは、新年全体会が成人の日など祝日を基本に開催しています。

戸越地区



金澤 明彦
(かなざわ あきひこ)

自己紹介▶周りの方々の協力でやっております。

地区アピール▶楽しい地区委員活動！

配分金明細・センター通信の郵送を令和7年12月から廃止します

会員専用サイト「スマイルトゥスマイル」（愛称スマスマ）に登録済みの会員の皆様への「配分金明細」および「センター通信」の郵送は既に廃止しておりますが、**令和7年12月送付分（11月分配分金明細）からは全会員への郵送を廃止**します。パソコン・スマートフォンなどでインターネットをご利用可能な方は、是非スマスマの登録をお願いします。

※スマスマのご利用ができない方で、どうしても紙での配付が必要な場合はセンター職員までご相談ください。

事務所窓口でタブレット端末を配備しました

本部・荏原支部・東大井支所・ゆたか支所の窓口でタブレットを配備しました。スマホ等お持ちでない方でも、このタブレットで会員専用サイト「スマイルトゥスマイル」（愛称スマスマ）を利用することができます。

スマスマでは、12月から郵送が廃止される配分金明細の確認ができるほか、就業情報の検索等もできます。簡単で便利なスマスマを是非体験してみてください！事務所窓口までお気軽にお越しください！

私たち職員が
丁寧に、何度でも
サポートします。



● 趣味のコーナー

けんこう紙芝居とボッチャ

荏原地区 鈴木 ゆみ江

私は、区の健康大学で学び地域健康づくりグループに属しています。主にフレイル予防を提案した「けんこう紙芝居」活動を行っています。その集客のためにと、平成23年よりパラスポーツ指導者の学びで知ったボッチャを取り入れましたが、魅了され「ボッチャしながわ」の教育登録団体をつくり、今流行りの言葉でいう二刀流での活動となりました。ボッチャは、白の的球に自分たちの球を投げる、蹴る、ランプと呼ばれる補助用具を使うなどしていかに近づけるかを競う戦略的なスポーツです。古くヨーロッパで脳性まひの方から始まり、今では年齢、性別、障害の有無関係なく誰でも楽しめるスポーツとなっています。「紙芝居で健康の技を知り、軽体操で体力つけ、ボッチャで脳トレと社会参加！」をうたい、審判の資格も取得して、仲間づくりに励んでいます。紙芝居・ボッチャを見てみたい、一緒にやりたい、描いてみたいとお声をかけて頂ければ馳せ参じます。



共助会秋の日帰り旅行のご案内

11月16日(日) 参加費 8,000円 申込開始 10月1日(水)9時より

7:30 大井町出発 → 8:30 海老名SA(休憩) → 9:45 大涌谷(見学、名物は黒たまご) → 10:30 箱根神社(参拝)
→ 11:40 小田原鈴廣 江の浦店(昼食、お買い物) → 13:20 小田原城(天下の名城と菊花展見学)
→ 14:30 大井町へ向けて出発 → 15:00 海老名SA(休憩) → 16:15 大井町到着



【大涌谷】

- 火山活動による噴煙が立ち上がるダイナミックな風景
- 火山ガスの匂いと地響きを体感
- 富士山や芦ノ湖を一望できる展望スポットも豊富
- 寿命が延びるという名物の黒たまごは4個入り500円!



【箱根神社】

- 歴史と自然が調和したパワースポット
- 創建は757年(奈良時代)、境内のご神木は迫力満点!
- 湖に浮かぶように建つ「平和の鳥居」は幻想的な雰囲気を楽しめます



【小田原城】

- 約100年間5代にわたり関東を支配していた北条氏の本拠地
- 菊花展開催中! 菊香の小田原城を堪能してください
- 常盤木門SAMURAI館も見学できます

ご案内は9月中旬にスマイルトゥスマイル、SMS(ショートメール)でお送りしています。

センターの各事務所(本部・荏原支部・東大井支所・ゆたか支所)窓口にて申込書をご記入のうえ、参加費8,000円を添えてお申し込みください。先着順で定員になり次第受付終了となります。

申し込み受付は10月1日(水)9時からです。

就業相談

お仕事に関することなどご相談事がある場合は、ご遠慮なく各拠点へ直接ご連絡・ご来所ください。事前の予約は不要です。会員の皆さまのご都合に応じて職員がご相談をお受けします。

本 部 北品川3-11-16 ☎03-3450-0711

荏 原 支 部 荏 原2-16-18 ☎03-5751-3334

東大井支所 東大井1-4-14 ☎03-3450-0713



就業情報一覧表

会員総数

令和7年8月末現在

2,211 名

男

1,179 名

女

1,032 名

あしがき

理事 後潟 妙子

今年の夏は、まるで太陽が張り切り過ぎているような暑さで、日傘も帽子も追いつかず、外に出ればまるでホットプレートの上に立っているような気分になりました。昔の夏は、風鈴の音や夕立が涼を運んでくれたものですが、今はエアコンと麦茶とそして静かな午後のひと時が頼りです。

わたくしたち世代は「がまんが美德」と育ちましたが、最近の夏は「がまん」は禁物です。遠慮なくエアコンに頼って水分と塩分もしっかりと摂らないといけません。

9月も残暑が続きましたが、そろそろ秋風が心地よく感じられるようになってきた頃でしょうか。季節の変わり目は体調の変化に注意が必要だと言われています。夏の疲れが出て体調を崩すことなどのないよう元気でお過ごしください。また、おしゃべりや笑顔も、心身の健康を保つ秘訣ですね。涼しくなってきたらご家族やお友達と出かけて、楽しい一日を過ごしてみるのもいいかもしれませんよ。