



シルバー所沢

第145号

2019年1月1日

つどいの樹

発行：公益社団法人 所沢市シルバー人材センター/広報委員会
〒359-1141 所沢市小手指町1-5

小手指タワーズ・エバースカイトワー 203

☎ 04-2928-8695 / FAX 04-2924-0630

ホームページアドレス <http://www.sjc.ne.jp/tokorozawa/>

▽もくじ△

2頁 新年にあたり

3頁 出張就業相談11地区一巡
4～5頁 シルバーまつり

会員作品展・演芸・販売

6頁 サークル訪問 36

健康一口メモ 44

7頁 お仕事拝見 84

安全講習会

8頁 市民フェスティバル

清掃ボランティア

シルバー豆宣伝

「一吟天地の心」で吟じ舞う

児玉智子さん（吾妻）



詩吟に合わせて詩舞を演じるのは
児玉智子さん（吾妻）。雅号は龍智、公
益社団法人日本吟道学院南洲吟道会
の理事も務めています。

詩吟は中国で先祖の祭りや送別の
宴などの場で音楽に合わせて歌った
のが始まりと言われ、日本では平安
中期に宮廷歌謡となり、江戸後期に
は武士階級で流行。その後、剣舞や琵琶
の影響を受け、芸術性が高められ
たそうです。最近では健康増進法の
一つとして愛好者が増加し、その数
400万とも。

児玉さんの詩吟歴は50年、十八番
は菅茶山作の「冬夜読書」。一方、20
年以上続ける詩舞の十八番は「川中
島」とのこと。中央公民館「詩吟サー
クルこだま会」や狭山ヶ丘コミュニ
ティセンター「詩吟を楽しむ会」で指
導しており、自ら舞台に立つことも
多いそうです。そうした忙しい中、シ
ルバーでは「家事支援」で高齢者のお
手伝いにも取り組む児玉さんです。

詩吟の魅力を伺うと、即座に

「一吟天地の心」

という答えが返ってきました。

（増田、写真は児玉さん提供）

生涯現役へ新たな挑戦も

新年にあたって 〓 理事長・森澤弘

新年明けましておめでとうござい
ます。会員や事業所、地域住民、そし
て関係機関の皆様には、平素から所
沢シルバーの運営にご理解ご協力を
賜り、厚くお礼申し上げます。

当センターは昨年、創立40周年を
迎え、3日間にわたる記念事業を行
いました。まず9月14日の記念式典
では、第一部で10法人と、正会員歴
20年以上の10名の方に、長年のご協
力ご努力に対して表彰させていただ
きました。第2部の記念講演は「佐賀
のがばいばあちゃん」で知られ、現在
はタレントや執筆活動で活躍する島
田洋七先生。「感謝そして楽しく生き
る…人生泣き笑い」と題し、1時間の
予定を20分も過ぎる熱弁を振るっ
ていただきました。

11月には21、22日の2日間、初め
ての「シルバーまつり」を開催。会員
作品展や各種演芸、販売などを行いま
した。やるからには「やって良かつ
た40周年事業」となり、会員だけで
なく市民にも楽しんでもらうことが
できました。担当した会員のご努力
に感謝します。

一方で昨年は相次ぐ台風や大雨、
北海道地震など自然災害の多い年で
した。早い梅雨明けの後は酷暑、熱中
症にも心配する、自然の怖さを思い
知らされた平成最後の夏でした。

さて、人生100年時代を掲げる
政府は、高齢者の就労環境の整備を
急ぐ考えです。キーワードは70歳。



継続雇用年齢を65歳から70歳に引
き上げ、年金の支給開始年齢も70歳
超を選択できるように検討していま
す。会員100万人を目指す全国の
シルバー人材センターにとって、大
きな痛手でもあります。

私たちシルバー人材センターは生
涯現役を目指して、今まで以上に地
元・地域との絆を強めていかなけれ

ばなりません。その一つが「地域サ
ポート〓ちよこつとサポート事業」
です。そうした活動を通して「会員の
増強」「人材の育成」「就業機会の拡
大」に向け、創意工夫と努力を重ねて
まいります。

もちろん年間を通して無事故を達
成し、特に夏の熱中症に万全の注意
を払い、新しい年、派遣事業のさらな
る拡大に力を入れていきます。

営農も6年目に入り、循環型農業
の基本は変わりません。そしてシル
バーブランド「所沢うどん」づくりも
昨年、自前の小麦栽培に進出、手打ち
うどんも始めました。

さらに今年は、三ヶ島に600坪
の農地を新たに借りて、菜の花を栽
培し菜種油の販売にも挑戦します。

また、「老人憩の家」4荘の指定管
理者契約が継続されました。市内の
高齢者が様々な活動をする出会いの
場です。事故のない運営を目指すの
は当然ですが「楽しかった。また来た
いね」と言ってもらえるサービスを
心掛けてまいります。

今年が皆様にとって、健康で活躍
できる、そして実り多き年となりま
すよう心から祈念申し上げ、新年の
挨拶とさせていただきます。

初春の

お喜びを

申し上げます

【賛助会員法人一覧】〓順不同

所沢商工会議所

有限会社第一物産

小泉商店

株式会社ダイヤモンド

株式会社武蔵野銀行所沢駅前支店

ミサワ保険サービス株式会社

有限会社佐野屋商店

有限会社キタダ印刷

株式会社所沢自動車学校

セントラルオペレーション株式会社

株式会社東美アートブレーン

株式会社木下フレンズ

有限会社関口籠店

有限会社研文社

株式会社第一印刷

株式会社セレモア

株式会社新井園本店

株式会社読売新聞所沢センター

理想科学工業株式会社

理想所沢支店

出張就業相談会 評価と課題も

11地区2巡目に

各地域に出向いて未就業会員に新しい仕事を紹介する「出張就業相談会」が、10月24日（水）の富岡公民館で市内11地区を一巡しました。

宮本町の旧庁舎に事務所があった時代は毎週水曜日に就業相談会を設けていました。しかし昨年4月、小手指に引っ越してからは、会議室のスペースがなく常設の相談会は不可能に。そこで発想を変えて、地域に出向いて開くことになり、5月の松井公民館からスタート、計6カ所で開催されました。

公民館を会場に、周辺の2、3地区の未就業会員にハガキで参加を呼びかけ、毎回20名前後が出席しています。最新の「仕事のお知らせ」を配布。二木洋祐係長や就業開拓創出員も加わって個別の仕事の内容について相談に乗ります。

10月までの相談会には延べ111名が参加し、その場で就業希望先を提出した会員は32名、このうち就業先とのマッチングなどを経て実際



に就業した方は11名でした。

二木係長や就業開拓創出員からは「旧庁舎時代は交通の便もあり参加者の顔ぶれは固定されている印象があったが『近所なら出席できる』と初めて相談にきた人も」「女性が増えて、個別の相談でも就業意欲を感じる」と評価する声が。一方で、会場によつては「積極的に希望を出してくださいと呼びかけても、反応が鈍い」といったケースもありました。

出張相談は2巡目に入りました。これまでの反省点や課題を踏まえて「相談しやすい場づくり」を目指します。会員皆様さんのご意見や要望をお寄せください。

事務所では常時、相談可能
なお、事務所では常時、個別の就業

相談に応じています。また会員専用ホームページ「Smile to Smile」でも最新のお仕事情報を掲載しています。（事務局）

菜の花畑が収益源に

菜種油を作ります

営農グループに「菜の花栽培」事業が加わりました。昨年10月、三ヶ島のシルバー農園近くの休耕地約20㌥（約600坪）を新たに借りて既に種まきを済ませました。

菜の花が咲いて市民が花見に↓近くのシルバー農園で野菜を直売↓花が枯れたら種を収穫↓菜種油にして販売↓秋口にはコスモスを咲かせて市民を呼び込み野菜直売——というサイクルを計画しています。

ただ借りた休耕地はかつて芝を育てていたため、びっしり根が張り順調に育つか不安もあります。また種まきの時期も少し遅れ、種の収穫量も見込みよりは減りそうですが、営農グループの新たな収益源として、時間をかけて取り組みます。

野菜作りに始まり小麦栽培も手掛ける営農グループの就業者は20名ほどもです。関心のある方は事務局にお問い合わせください。（事務局）

渡辺種苗株式会社

学校法人所沢文化幼稚園

藤葬祭株式会社

社会福祉法人所沢市社会福祉協議会

国際興業管理株式会社

トラベルサービス部

みずほ証券株式会社所沢支店

埼玉県石油業協同組合所沢支部

株式会社イースタンスポーツ

所沢スターレーン

株式会社北野中屋

フラワー歯科

栗原石油株式会社

並木建具店

ヒラツカスポーツ商会

松田印刷有限公司

株式会社越阪部電器

株式会社第一興商多摩支店

株式会社谷澤商会

株式会社マルナカ

郷電鉄興業

早稲田大学スポーツ科学学術院

樋口満研究室

株式会社シャープ

ドキュメント21ヨシダ

演芸部門

21日 演題	出演者など
音楽の玉手箱	エル カホン
ハーモニカ演奏	浅上・鮎川
ウクレレ演奏	ウクレレサークル キモハナ
日本舞踊	美司流・品川 邦楽舞踊の会 こころ
落談・漫談	Mint・竹井輝彦
振り込み詐欺 対処法	所沢警察署生活安全課
マジックショウ	生きがいマジッククラブ
フラダンス	オハナ モアニケアラ長谷川

22日 演題	出演者など
カラオケ	地区代表16名
健康セミナー	保健センター 健康づくり支援課
和太鼓演奏	川名他5名
エレキギター演奏	サーペンチャーズ
ギター&アコースティック	けいこ&美鶴
フレイル予防教室	サポーター&会員
ビンゴゲーム	景品多数



ハーモニカ演奏

公民館ホールでは、会員が日頃鍛えた腕前を披露。プロの音楽家や芸能人も登場し、振り込み詐欺防止講座や健康セミナー、フレイル予防教室などもありました。

初のシルバーまつり 弾ける笑顔

所沢シルバー創立40周年を記念した初の「シルバーまつり」が11月21日(水)、22日(木)の両日、中央公民館と元町コミュニティ広場を会場に開かれました。まずまずのお天

気に大勢の市民も訪れ、腕達者な会員の演芸や、多彩な趣味の作品展、そしてメイド・イン・シルバーの販売を堪能。シルバーの存在感をアピールしました。

(広報委員会)



フレイル予防教室



和太鼓演奏



エレキギター演奏



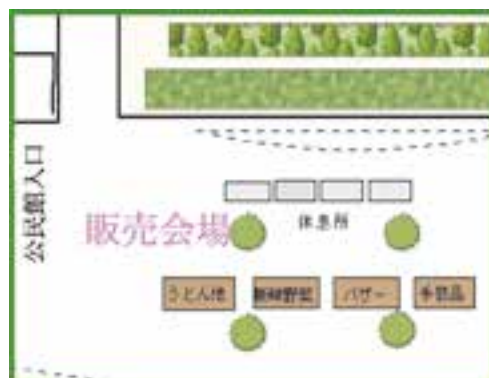
ウクレレ演奏

販売部門



バザー 売上金は被災地へ

温かい手打ちの「所沢うどん」や営農の朝どれ野菜、会員の手作り小物に人が集まりました。また会員20名と賛助会員5社から寄付された衣類などのバザーもあり、売上金4万6810円は所沢市社会福祉協議会を通じて被災地復興に寄付しました。



文化部門（会員作品展）

秋恒例の会員作品展を兼ねて、公民館ホール2階のロビーに力作がずらり。44名の会員から98点が出展されました。全作品の掲載は出来ませんので、広報委員会の断でいくつかの作品を紹介します。会場の一角では「版画で年賀状を」の実演コーナーも設けられました。



掛け軸（椿の押し絵）
久保田恵美子（富岡）



千輪咲菊
荒幡 繁（小手指）



手づくり作品（服飾小物）



絵手紙
（悠和会サークル）



甲冑鍬型
上田登規（新所沢東）



写真と絵画の展示状況



江戸時代の道具ミニチュア
佐藤淑光（三ヶ島）



お猿ファミリー
磯 厚子（並木）



朝どれ野菜の販売



休息所の風景



シルバーうどんに行列

会員専用ホームページ「Smile to Smile」を開設しています。ログインするにはパスワードが必要です。詳しくは事務局へお問い合わせ下さい。

サークル訪問 36

自然あふれる山行へ — 徒歩登歩会—



代表・佐藤敏郎

昨年4月に創立10周年を迎え10月には記念祝賀会を開きました。当初4名だった会員は60代半ばから80歳を超える方まで50名近くになっています。

毎月の山行は富士山から里山、そして街中ハイキングまで多彩。自分の体力に合わせて自由に参加できます。帰途の反省会では、シルバー世代にありがちな病気や家族の話が出ないのも、この会の良さです。

山は自然そのものですから、体力と経験が必要なのは当然です。安全最優先で「無事に帰る」が山行の鉄則。そして、山行を重ねる事で山小屋泊まりや夜行バスも苦にならなくなります。これからの時間、楽しみながら健康増進を図りましょう。

※年会費 1200円

※月例会 第2水曜日13時

山行計画の説明や情報交換
※場所 ところ荘

3月100回記念

ゴルフサークル

SC野老会

会長・渡邊光信

名称のSはシルバー、Cはサークル、野老会はトコロカイですが、通称「ヤロウ会」と呼んでいます。

平成11年7月に発足、以来年5回のペースでコンペを開催し、今年の3月で通算100回目を迎えます。会員は65歳から88歳までの62名。約4割の26名が75歳以上の元気な高齢者軍団。【Let's Enjoy the Golf】をモットーに、スコアよりも健康と笑顔を大事にラウンドし、毎回参加者は40名を数えています。

毎年12月の総会で年間計画を作り、75歳以上で最高の成績者にはプ

ラチナ賞を贈るなど、いつまでもゴルフを楽しんでいただけるよう工夫しています。青空の下、楽しい仲間と一緒にプレーしませんか。

※年会費 2000円

※コンペ参加費 1500円



健康一ロメモ44

入浴も安全第一

お風呂でゆつくり温まると気持ちのよい季節ですが、入浴中の事故も多くあります。浴室と、その外の寒暖の差で血圧が変動、脳卒中や心臓病のリスクが高まります。

それを防ぐには――。まず入浴前に浴槽のフタを開けたままお湯を張ります。さらにシャワーのお湯をし

※コンペプレーフィー 1万円～1万5000円

◎両サークルともお問い合わせは
悠和会事務局へ
☎04・2928・8695

会員投稿

仕事好き集まれ
シルバーセンターに
60歳晴れて会員胸騒ぐ

岡本詔一郎(小手指)

シルバーに入会し10年余、昨年は記念すべき創立40周年に巡り合わせました。記念誌「40年の航跡」を見せていただき、入会時の初心を川柳2句に託しました。

ばらく浴槽にかけて浴室を暖めてください。脱衣所も暖房するか、暖房している部屋との間の扉を開けて、暖かくしてください。

入浴後、浴室から出る時も、身体をよく拭いてから脱衣所に出た方が寒くありません。

浴室の床はぬれていて滑りやすいので、手すりがあるといいですね。安心・安全の入浴タイムを楽しんでください。
(保健師・西村園子)

お仕事拝見 84

0歳児を見守る

ベテラン保育士

— 保育園で育児支援 —

手入れの行き届いた庭を通り、こぢんまりした入り口を入ると、ほんのり甘いお乳の匂いが漂います。

2歳までの乳児を預かる元町の認可保育園「わかたけ保育園」0歳児室。笑顔でおむつを取り替えたり、おやつをあげたりしている保育士さんたちの中に砂川冬子さん(吾妻)の姿があります。

砂川さんはシルバーの派遣事業で週に1回、火曜日の午後1時半から



写真中央が砂川さん

6時半まで育児支援に当たっています。現役時代、保育士として官庁のキッズルームで22年間勤務したベテラン。定年後はご主人が入会しているシルバーに、サークル活動がしたくて入会しました。

実は砂川さん、大学の通信教育を受けており教育学部教育学科の2年生。学業と両立させるため「週1回なら」ということで今の仕事に巡り合いました。「0歳児に会うのは火曜日だけです、わずか1週間でも成長する姿が見られ楽しい」そうです。加えて「教育学の参考にもなっている」とも話しています。

やはり笑顔の優しい園長の新井理香さんからは「砂川さんにはとても助かっています」と、うれしい言葉をいただきました。

(文・渡邊、写真・増田)

継続は力なり

安全パトロール

安全推進委員会が随時行う安全パトロールを12月13日(木)、市内4カ所で実施しました。会員が就業している東所沢と三ヶ島の事業所・民家の現場を、安全推進委員会の檀原賢吉委員長と委員3名、監事2名、田中

義明課長の計7名が2班に分かれて、見て回りました。

「安全は全てに優先する」はシルバーの大前提。会員が安全に仕事をしているか、就業先の環境を含めてチェックしています。特に植木職は重大事故につながる可能性が潜んでいるため、毎回パトロールの対象になっています。こうした地道な取り組みを続けることで、結果がすぐには出なくとも、就業中の事故を減らすことになると思います。

今後もパトロール回数を増やすとともに、さまざまな就業先を訪問する考えです。(安全推進委員会)

自転車事故を防ごう

安全講習会に24名

自転車による重篤事故が絶えません。所沢シルバー安全推進委員会では安全啓発の一環として10月23日(火)、山口の老人憩の家「さくら荘」で「高齢者自転車安全講習会」を開き、24名が参加しました。

自転車運転のルールやマナーの順守、危険の予見・予知、歩道走行時や横断歩道、交差点を渡る時の安全確認の重要性などを所沢警察署の署員が講義。実技を通じて「事故を起こさ

ない運転」も学び、所沢警察署から出席者全員に受講修了書が手渡されました。(菰田、佐藤)



理事会報告

9月理事会 9月28日(金)

議案 新入会員の承認。

報告 各委員会活動など。

10月理事会 10月31日(水)

議案 新入会員の承認。

報告 平成30年度上半期監査報告

◆同期職務の執行状況報告

◆各委員会活動など。

11月理事会 11月30日(金)

議案 新入会員の承認

◆平成30年度収支補正の承認。

報告 各委員会活動など。

シルバー豆宣伝

○会員を募集しています

シルバー人材センターは、営利を目的とせず国や自治体の支援を受けて運営される公益社団法人です。会員の「自主・自立、共働・共助」を基本理念に、働きたい、社会参加したい方が集う場です。

市内在住の60歳以上で、健康な方なら誰でも参加できます。興味があれば、センター事務局にお問い合わせください。入会方法などをご説明します。積極的なご参加をお待ちしています。

○健康相談日

元気に就業し日々を明るく過ごすため健康相談を行っています。

1月17日(木) 10時30分～12時30分
14時30分～16時30分

2月21日(木) 10時30分～12時30分
14時30分～16時30分

3月18日(月) 10時30分～12時30分

4月18日(木) 10時30分～12時30分
14時30分～16時30分

※場所＝事務所向かいのディア
スカイタワー1階北端にある小手
指まちづくり事務所

○出張就業相談会

市内各地区で随時開催。当該地区の未就業会員にはハガキでお知らせします。また事務所でも常時個別の就業相談に応じています。

あとがき

事務所移転、創立40周年式典、初めてのシルバーまつり開催など昨年は所沢シルバーにとって大きな節目の年になりました。さまざまな会員の力が結集して新しい方向に進む所沢シルバー。高齢化社会に大きな役割を担うことは確かです。広報委員会一同、その足跡を今年もしっかりお伝えしていきたいと思います。

(渡邊)



秋の恒例行事、第39回市民フェスティバルが10月27(土)、28(日)の両日、好天に恵まれた所沢航空記念公園で開催され、所沢シルバーも参加しました。2張りのテントに、定番の綿あめ、ポップコーンの他、手づくり小物コーナー、朝どれ野菜などシルバーならではの人気商品がずらり。子供向けの水ヨーヨーのコー

所沢うどんも好評

市民フェスティバル

ナーもあり、イベント班、職群班など総勢25名が市民に対応しました。

「シルバーブランド・所沢うどん」も本格デビュー。地元の野菜と醤油を使い、きつねうどんに。「腰があつておいしい」と好評で、2日間で308杯を売り上げました。フェスティバル参加は所沢シルバーのPRが目的。宣伝用ティッシュを配り、存在意義をアピールしました。(荻田・佐藤)

地区文化祭に参加

地区のまちづくりセンターで

秋の公民館まつり・文化祭に地区活動委員会の9地区が参加し、シルバー活動をPRしました。各地区長を中心に有志の会員が協力し、綿あめや焼きいも、営農グ

清掃ボランティア

(地区活動委員会)

ループの野菜、「所沢うどん」などを販売。餅つき大会をする地区もあり、公民館ごとに内容は多種多様に。もちろん地域サポート事業「ちよこつとお手伝い」のお知らせや会員募集のチラシも配りました。今回、三ヶ島地区は公民館改装のため参加できませんでしたが「もつと地域へ出よう」を合言葉に始まった地域活動は年々活発になり地域に根を張ろうとしています。

悠和会恒例の清掃ボランティアが11月29日(木)、所沢航空記念公園で行われました。初冬と思えない暖かな晴天に恵まれ、82名の参加者は黄色のジャンパーや赤いベスト姿



航空記念公園で清掃

で4班に分かれて園内各所へ。手際よくゴミや落ち葉を拾い集めました。散策を楽しむ市民からは感謝の声が聞かれました。12月9日(日)には市の指定文化財の「荒幡の富士」でも、会員が地元町内会や中学生などと一緒に清掃に取り組みました。(荻田)