



シルバー所沢

第147号

2019年7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△

熱中症に注意を

Ⅱ 4、6頁に関連記事

2〜3頁Ⅱ定時総会を開催

4頁Ⅱ安全標語決まる

5頁Ⅱシルバー小麦を収穫

6頁Ⅱサークル訪問38

7頁Ⅱ投稿「駐輪場の仕事」

8頁Ⅱ小手指駅前を毎月清掃



聖火の記憶を胸に

増田和機さん(山口)

1年後に迫った東京オリンピック・パラリンピック。増田和機さん(山口)は、55年前の東京大会で埼玉県の新中山道、熊谷宿を聖火とともに走った体験の持ち主です。

高校時代、長距離選手として好記録を出していた増田さんは聖火リレーの副走者選ばれ、その記

憶は今も鮮明でアスリートの道を目指しました。しかし、足を故障、夢はいったん断たれました。41歳の時、転機が。生死の境をさまよう大病から奇跡的に回復すると「また走りたい」気持ちに戻ってきたのです。今も毎日14キロのランニングを欠かさず、所沢シティマラソンの常連です。

いかにも体育会系の増田さんですが、パソコン教室や「英語で学ぶ水彩画教室」を主宰する一面も。古希を迎え「体力が続く限りランニング、そしてパソコンと水彩画を」と、ゴールはまだまだ先のようにです。
(広報委員会)



定時総会に186名

所沢市シルバー人材センターの令和元年度定時総会が6月13日(木)、中央公民館ホールで開かれ186名(委任状1499名)が出席しました。

森澤弘理事長は、新時代に推進する五つの事業計画を掲げ、就業機会の創出と併せて、活気ある地域社会づくりに寄与する決意を述べました。(左頁に挨拶要旨)

総会は理事の磯重男さんを議長に進められ、令和元年度事業計画など3件を報告。会場からは平成30年度事業報告の契約高を確認する質問が出されました。また決議事項では定款の一部改正など3件が提案され、いずれも拍手で承認

されました。なお、承認された補欠理事2名は特別会員の鶴島敏和さんと美甘寿規さんで、鶴島さんが専務理事に就任することが報告されました。

総会には、センター顧問の藤本正人市長や青木利幸市議会議長など市の関係者は、6月定例議会と重なり出席いただけませんでした。が、地元選出の県会議員や関係機関の代表、賛助会員法人の皆さんが駆けつけてくださいました。また3月まで専務理事を務めた小山一さん、特別会員理事だった平川聖一さんに感謝状が贈られ、安全標語募集で理事長賞の近藤進さんと安全統括者賞の白石正さんが表彰されました。

悠和会総会で新役員承認

新会長に轟木琢磨さん

定時総会に先立ち悠和会の総会も開かれ、役員選任など3議案を拍手で承認。その後、互選で会長に轟木琢磨さん、副会長に狩野啓子さんが就任しました。

定時総会終了後には、会場を星

の宮の「ベルヴィーザ・グラン」に移し、懇親会が開かれました。

(広報委員会)



悠和会役員

会長	轟木 琢磨
副会長	狩野 啓子
常任幹事	鶴島 敏和 (新任)
幹事	新井 静雄 (新任)
”	磯 重男
”	小野秀三郎 (新任)
”	黒田 昭夫 (新任)
”	中島 澄子 (新任)
”	樋口 洋子 (新任)

新事務局長に 鶴島敏和さん

4月1日付で事務局長に就任しました。まだまだ戸惑いの連続で事務局職員や会員、役員の皆様のご指導をいただきながら勤務しております。



5月には新天皇陛下のご即位により元号も「平成」から「令和」に改まりました。人生100年時代という長寿社会を迎えていると言われる中、少子高齢化に伴う生産年齢人口の減少が危惧され、働き方改革による定年延長や定年制廃止の議論が始まり、時代は大きな節目を迎えています。

このような中で「自主・自立、共働・共助」の基本理念に基づき、事務局と会員皆様との連携、協力の下、関係各所や市民に信頼され親しまれるセンターを目指して参ります。会員皆様のご指導、ご協力を心よりお願い申し上げます。

5事業を通し地域に活力を

理事長・森澤 弘

令和元年度の定時総会に当たり一言ご挨拶申し上げます。

当センターは昨年5月に事務所を小手指駅前引越し、9月14日には創立40周年記念式典、11月21日、22日にシルバーまつりを行いました。協力いただいた皆様にご心よりお礼申し上げます。

平成の時代を振り返ると、平成3年にバブルがはじけ、20年9月にはリーマンショックを受けて景気は大きく後退しました。そして追い打ちをかけるように、世界に先駆けて超高齢社会に進んでいるのが現状です。一方でIT、AI、ロボットが発展を遂げ、まさに激動の30年が平成でした。

昨年の40周年から新たなスタートを切り、会員の皆様には「会員の要件」について改めてご理解をいただきたいと思ひます。

シルバー人材センターは、新しい理念「自主・自立、共働・共助」の下に創られ、超高齢社会の中で大きな役割を果たすことを期

待されています。我が国の高齢者は、働くことへの強い意欲と能力を持っていきます。長い職業生活を通じて培った豊富な知識や経験を社会に還元することも価値のあることだと思ひます。臨時的かつ短期的で軽易な業務の就業機会の創出を図り、活気ある地域社会づくりに寄与して参ります。



そこで、会員や事務局、役員が一丸となって、次の五つの事業計画を推進して参ります。

一、**安全就業対策**⇨安全は全てに優先する

安全就業は全国シルバーの最重要

課題です。就業途上、就業中の事故が非常に多い。自転車事故も多い。交通ルールを守って事故防止に努めましょう。運転免許の返納も勇気あることと考えます。

二、**会員の増強**⇨全国運動です

会員数はここ数年、全国的に減少傾向にあります。シルバー事業の維持・発展には会員増強は不可欠です。そのために、小手指駅の立て看板と西武バス77台、新聞折り込みで会員募集の広告宣伝費をかけさせていただきました。当センターは夫婦会員がちょうど100組、全会員の8・7%です。これをもっと増やしたい。女性会員の増強にも努めます。

三、**派遣事業推進**⇨売り上げ目標1億円

適正就業を推進し、業務の拡大を図るため、いきいき埼玉の指導をいただき、連携して参ります。

四、**営農強化**

循環型農業を確立し7年目。葉物野菜を中心に、乾麺や生うどんなどを販売し、会員の就業機会の確保と、地産地消の推進による地域貢献を図っています。販売場所を増やし、未来への希望を見いだすことができたと感じています。

五、**健康長寿大作戦**⇨フレイル予防

国や県や市が進めているフレイル予防教室。フレイルは虚弱、つまり体が弱くなり病気になるやすい状態で、予防の

1本目は栄養⇨食品を満遍なく食べる

2本目は体力⇨散歩や軽い運動をする

3本目は社会⇨地域や社会とつながりを持つ

この3本の矢が充実していれば病気になる。当センターはいきいき埼玉の指導をいただき研修を重ね、男女合わせて15名の指導員が、市民の健康維持のための出番を待っています。年間10件を目標に、寸劇等で分かりやすい指導をして参ります。

請負を中心に派遣事業、そして地域サポート事業を充実し、独自事業等にも頑張つて参ります。

地域社会から信頼される公益社団法人として、シルバーの理念の下、豊かな経験と知識を生かし、時代のニーズにマッチした事業活動を積極的に展開します。広くボランティア活動にも参加して、豊かで元気のある地域社会に貢献できると確信しています。

理事長賞

安全は 急がず 無理せず 油断せず

近藤 進 (柳瀬)

安全標語決まる

理事長賞に近藤進さん

令和元年から2年間の所沢シルバの安全標語入選作が別掲のように決まりました。理事長賞と安全統括者賞に選ばれた2名の方は6月13日(木)の定時総会の場で表彰されました。また佳作に選ばれた3名の方は7月1日(月)の安全大会で表彰されます。

今回は66点の応募があり、森澤弘理事長や安全推進委員会の檀原



▲白石さん ▲近藤さん

賢吉委員長ら9名が選考。提案者の名前を伏せたりリストから5作品が決まりました。理事長賞などの標語はセンター事務所などに掲示し、安全意識向

【安全統括者賞】

大丈夫・その思い込み・事故のもと 白石 正 (小手指)

【佳作】

安全は いつも心で 指差称呼 関 保夫 (吾妻)

余裕なき 作業に危険 かくれてる 井本順一 (三ヶ島)

まだ行ける はやる心に ブレーキを 羽月 博 (富岡)

家の中でも危険!

熱中症への備えを

熱中症は気温が高い中での作業や運動で、体内の水分や塩分などのバランスが崩れて発症します。体温の調節機能が失われ、体温の上昇、めまい、体のだるさとなって現れます。ひどくなると、けいれんや意識喪失などを引き起こし命に関わります。

上に役立てます。応募いただいた皆さんにお礼申し上げます。

(安全推進委員会)

熱中症対策!

クールタオル200本

屋外就業の会員に配布

夏の脅威!!熱中症を防ぎ元気に就業していただくため、安全推進委員会と事務局では初の試みとしてクールタオル200本を用意。

家の中でじっとしていても、高温・多湿の環境では熱中症になる危険性が高まります。

熱中症を防ぐには、新聞やテレビが報じているように、こまめな水分補給、シャワーやタオルで体を冷やす、エアコンや扇風機を上手に使う——などの対策が有効です。「暑い時は無理をしない勇氣」も持ちたいものです。

(消防庁ホームページなどから)

6月から、屋外での仕事の主となる会員に配布しました。

クールタオルは冷感機能素材を使っており、水を含ませ首や頭に巻けば体感温度を下げることでできます。しかしクールタオルは万能ではありません。こまめに水分を補給し、適切な休息も入れるなどの熱中症対策を怠らず、事故のない夏を乗り切ってください。

(安全推進委員会)



クールタオルを首につけた皆さん

投稿をお待ちしています。

短歌、俳句、川柳、ミニエッセーなど400文字以内で、お名前、所属地区名を明記し事務局の投稿箱へ。郵送でも結構です。広報で編集する場合があります。作品はお返しできません。



シルバー小麦の収穫 今年も1500キに

シルバー小麦の刈り入れが6月中旬、梅雨の合間を縫って営農グループによって行われました。中富の50㍊の畑にコンバインが入り、脱穀された小麦は市内で無農薬野菜などを手掛ける陽子ファームに運び乾燥。西新井支所と三ヶ島のチップ工場で保管し、シルバーブランド・所沢うどんになる日を待っています。

2シーズン目の小麦畑は、日差しを遮っていた周囲の樹木を手入れし、天候にも恵まれ順調に育ちましたが、収穫間際に小麦の倒伏があるなど、豊作とはいきません

でした。幸い協力関係にある農家での収穫もあり、昨年並みの1500キを確保できそうです。

乾麺、生麺の販路も広がり、特に生麺は市内2カ所のレストランで定期購入していただくまでになっています。

(広報委員会)

フレイル予防教室を

やなせ荘で本格開催

7、10月全10回

所沢シルバーが取り組んでいるフレイル予防教室で新たな動きです。老人憩の家「やなせ荘」(南永井625の6)が自主事業として7月から10月まで全10回の予防教室を開催、これにシルバー会員のフレイル予防サポーターが全面協力します。

フレイルとは加齢に伴い心身の活力が低下する状態で、放っておくと介護が必要になる恐れもあります。予防には「しっかり食べる」「しっかり動く」「外で人との交流を楽しむ」———ことが大切です。予防教室では、この三つを実践するためのノウハウを伝えます。

所沢シルバーでは、いきいき埼玉の養成講座を修了した会員がサ

ポーターとなり、昨年度は市内各地の老人憩の家などで「予防教室の導入編」を開きました。

今回のやなせ荘では、さらに本格的な予防教室を目指します。

日程は、いずれも金曜日で

7月11日、12日、26日

8月12日、23日

9月16日、13日、27日

10月11日、25日

各日午前10時から1時間半。

定員は20名で、原則10回全てに参加できる方が対象で無料。もち

ろんシルバー会員もOKです。

問い合わせ、申し込みはやなせ荘へお願いします。

☎04・29944・6773

(会員活性委員会・成田佳代子)

会員投稿

沓澤勝美 (富岡)

平地林の樹木草々は春萌えて

夕やまざくら淡く一本

遊く空に白雲ひとつあればいい

平地林とおく富士の山見ゆ

理事会報告

3月理事会 3月27日 (水)

議案 新入会員の承認 重要な使用人の選任の承認 利益相反に係る承認 定款の一部変更の承認。

報告 平成30年度第2回職務の執行状況 各委員会活動など。

4月理事会 4月26日 (金)

議案 新入会員の承認 債権放棄及び固定資産廃棄の承認 平成30年度収支補正の承認 規定等の一部を改正する承認。

報告 シルバー人材センターの業務拡大に係る業種及び職種指定 各委員会活動など。

5月臨時理事会 5月14日 (火)

議案 令和元年度定時総会提出議案 (平成30年度監査報告書、報告事項 ①平成30年度事業及び収支補正予算 ②令和元年度事業計画 ③令和元年度収支予算、決議事項 ④平成30年度貸借対照表、正味財産増減計算書及び財産目録 ⑤定款の一部改正 ⑥補欠理事の選任) の承認。

報告 各委員会活動など。

5月理事会 5月31日 (金)

議案 新入会員の承認。

報告 各委員会活動など。

サークル訪問 38



1ランク上を目指し

— 手芸サークル・遊 —

代表・小島美代子

手芸大好き仲間12名が集まり平成25年に創設。単なる『遊』ではなく、1ランク上の意味を持つ『遊』と、あえて名付けました。針や編み棒に思いを込め、作り方の順序を考える頭の体操をしながら作品づくり。それだけではなく食事会、カラオケなど文字通り『遊』を実践しているキラキラ輝く熟女のサークルです。

講師は特定せず、その作品を得

意とするメンバーが自主的に講師

になったり生徒になったり。時には「もぐもぐタイム」を挟みながら互いに意見を述べ合い、インテリア小物、エプロン、帽子、縫いぐるみ等を仕上げていきます。

これまでに完成した小物入れや編み物などを中心にフェスティバルやショップに出展する事もあります。手作りの楽しさを体験してみませんか？

※例会Ⅱ第1、第4水曜日 13時～15時

※場所Ⅱ中央公民館

※年会費Ⅱ1000円

大切な記憶を読み解く

— 歴史愛好会 —

代表・今野省造

日本の各地には大切な記憶が眠っています！

例会「ふるさとを語る会」では会員出身地の郷土史紹介や、時節の関心に合わせた幅広いテーマを楽しくおしゃべりしています。これまでに取り上げたのは――。

※鹿児島（島津藩・垂水）、福岡（三池・大牟田）、秋田（由利本荘）、北海道（松前藩、アイヌ）。

※お酒の歴史と全国の銘酒。

※日本列島の形成。

※堤防で囲む防災集落『輪中』（岐阜・愛知の河川流域）。

※新興財閥―鈴木商店（神戸）



高麗神社にて

の遺産。

※西郷隆盛と大久保利通。

※いま話題の元号の歴史など。

「座学」だけでなく、平将門首塚（大手町）や高麗神社（日高市）などの史跡巡りも。

毎回出席率が高く、皆さん楽しみにしています。地図や本を広げるとどこでも行く事ができます。

※例会Ⅱ毎月第4土曜日

13時～15時

※場所Ⅱところ荘

※年会費Ⅱ1000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

健康一口メモ46

夏祭りも安全第一

夏になると各地でお祭りの準備が始まります。

例年7～8月は熱中症で救急搬送される人が急増します。夏祭りのころは夕方になっても蒸し暑い日が多く、加熱調理する模擬店では特に暑さ対策が必要です。こまめに水分をとり、無理をせず交代で休憩の時間を取ってください。

首の周りに保冷剤を巻くのもよいでしょう。

お祭りではついついアルコールも進みます。酔って足元がふらつき、転んで頭を打って救急車を呼ぶこともあります。夕暮れで足元が見えづらく、段差につまずいて頭や膝を痛める人もいます。

せっかくの楽しいお祭りが残念な結果にならないように、十分気をつけてください。

（保健師・西村園子）

お仕事拝見

86

「先を読む」ベテラン ゴボウ愛を熱く語る

自然が豊かに残る上富に会員5名が働く「吉田商店」があります。業者向けにゴボウの選別、洗浄、袋詰めが主な仕事で、シルバーとは15年以上のお付き合いです。

ローテーションを組み週に3〜4日、午前9時から正午まで作業します。取材当日は武井好生さん（吾妻）、谷口恵三郎さん（並木）、谷野文男さん（並木）、加藤芳雄さん（吾妻）が当番で、椎名和夫さん（富岡）はお休みでした。



吉田社長（左から3人目）と会員の皆さん。左端は専務の吉田利則さん。



「ゴボウは生もの。特に暑さに向かうこれからは時間との戦い」と社長の吉田正則さんが言われるように、皆さん効率よく動いています。「最近の若い人は一から十まで教えないといけないが、さすが一線で働いてきたベテランは五つ教えれば十を知る、先を読む事ができる」と、シルバーにとつてうれしい言葉をいただきました。

出荷が途切れないよう、1年中ある仕事です。夏場は熱中症にならないよう休憩、水分補給、さらに塩あめを配るなど、会社の細やかな配慮があり「社長の細やかなこの職場の魅力だ」と皆さん口をそろえて言います。

和気あいあいの雰囲気の中で「最近ゴボウの消費が減ってきた」と心配する声も。吉田商店で仕事を始めて、食物繊維の豊富さを再認識したという皆さんは「ゴ

ボウを食べると大腸がんにならないよ」と、サラダや唐揚げなどのレシピも飛び出し、帰り際には「小売りもできますよ。もつと食べて」と、もうひと押し。ゴボウと仕事に対しての愛情をひしひしと感じました。

（文・佐藤、写真・渡邊）

お客様の人生を思い 駐輪場の仕事に誇り

田口元也（松井）

「おはようございます」「行ってらっしゃい」「お気をつけて」――これが毎朝の挨拶です。初めは、なかなか言えず苦労しました。今は、お客様から「ご苦労さま」「行ってきまーす」と声をかけてもらうことも多くなりました。

駐輪場の仕事は航空公園通りがスタートで、現在は所沢駅東口第一駐輪場で働いています。もうこの仕事も足かけ4年。シルバー会員に登録したときは、全く違った業種希望だったので「空気が出たら移ろう」と安易に思っていました。ところが「職場は人なり」とはよく言ったもので、最初の駐輪場のスタッフは皆いい人ぞろい。仕事も懇切丁寧に指導していただ

きました。

駐輪場の仕事はサービス第一です。お客様の苦情はできるだけ聞き入れ、寛容の心で接することが大切です。一方で、仕事を大きく後押ししてくれたのは駐輪場のスタッフだけではありません。毎日駐輪場を利用してくれるお客様の力があればこそです。だから4年間勤めてこられたと思います。

お客様から「『お帰りなさい』なんて言ってくれる人はあなただけよ。家に帰ったって一人だから誰も言ってくれないのよ」。この言葉は今でも耳から離れません。職場には、お客様一人ひとりの人生があります。これからもお客様に寄り添い「駐輪場」の仕事に誇りをもって関わっていききたいと思いません。（寄稿）



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。

「入会したい」まずは事務局へ

入会を希望される方は、まずセンター事務局（☎04-2928-8695）にお問い合わせください。入会方法などをご説明し、毎月開く新入会員説明会のご案内をします。積極的なご参加をお待ちしています。

◇新入会員説明会の日程

7月18日(木) 10時30分～12時30分

8月20日(火) 10時30分～12時30分

9月19日(木) 10時30分～12時30分

10月17日(木) 10時30分～12時30分

◇場所＝事務局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。

◇会員向け健康チェックも

新入会員説明会に合わせて、保健師による会員の健康チェック（血圧測定）にも応じます。希望者は事務局に電話などで予約してください。

あとかぎ

5月1日に「令和」の時代が幕を開けました。来年には東京オリンピック・パラリンピックが開かれます。シルバー世代には半世紀前のオリンピックに多くの思い出があるのではないのでしょうか。広報委員会では札幌や長野の冬季大会を含めて、選手として、ボランティアとして、さまざまな形で五輪に関わった会員を探しています。ぜひ事務局までご連絡ください。（渡邊）

清掃するのは駅北口のロータリーから行政道路までの花水木通り約800m。小手指地区の会員有志を中心に毎月第1月曜日（悪天候の時は第2月曜、第2も悪天候なら中止）の午前9時から、祝日の場合も実施します。

初回となった4月1日は26名が集まり、事務所入り口で小手指地区

所沢シルバーの事務所が小手指駅北口に移って1年、地域への貢献とシルバーのPRを兼ねた清掃ボランティアが4月からスタートしました。

事務所地元へ貢献 清掃ボランティア

毎月第1月曜日



6月3日の清掃活動

区長の阪口俊治さんが手順や注意事項を説明。シルバーの赤いジャンパーやベストを身に付けた会員は2班に分かれて通りへ。落ちて

いるのか、ゴミは思ったより少なく、横道まで清掃の場を広げた班もあって、約1時間で活動を終わりました。

この清掃ボランティアは、阪口さんを委員長に実行委員会方式で続けていきます。商店などからは「素晴らしい取り組みですね」と期待の声が寄せられています。小手指地区の会員には参加を呼び掛けるチラシを配りましたが、他の地区の皆さんも航空公園、荒幡の富士に続く、事務所の地元でのボランティアに加わってください。

なお、この活動は市のアダプト・プログラムに参加、万一の事故の際は市民活動総合保障制度が適用されます。（渡邊）



センターHP用



会員HP用

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。詳しくは事務局にお問い合わせください。

スマホ用QRコードを設定しました。

○所沢シルバーの会員数

＝令和 元年 5月 末現在

- ・総会員数＝2,324名
男性＝1,608名
女性＝716名
- ・3月～5月の入会者＝105名
退会者＝83名
- ・賛助会員法人数＝40法人