



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 <https://www.sjc.ne.jp/tokorozawa/>

▽もくじ▽

- 1頁 職場にエール4
- 2頁 営農グループから発信
- 3頁 会員へのアンケート調査から2
- 4頁 11 小手指発
- 5頁 11 山口発
- 6頁 11 グルッと (地区紹介) 吾妻発
- 7頁 11 サークル会員の声2
- 8頁 11 健康一口メモ54

シルバー豆宣伝



左から 猪狩さん、内岩さん、
 坂本さん、渡辺さん、関口さん、荒巻さん



ハウス責任者 粕谷さん

みんな「キュウリ大好き！」

職場にエール4

取材前日、台風8号が関東上陸の予報でした。大雨でも台風でも大雪でも就業するという「株式会社いなげやドリームファーム」を訪ねました。「林ハウス」と「西狭山ヶ丘ハウス」の2か所があり、液肥による水耕栽培のキュウリ専門の温室ハウスです。レストランや食堂などがおもな出荷先です。訪ねた「林ハウス」では、会員12名のうち毎日6名のシフトで就業しており、この日は、関口睦子さん、荒巻睦美さん、坂本玉栄さん、渡辺貴美世さんの女性4名と内岩秀治さん、猪狩吾朗さんの男性2名が就業日でした。

キュウリの栽培は、雑菌を嫌うためハウス入口でスリッパに履き替えて入室します。またハウス内は室温25℃、湿度50%くらいで管理されていて、熱中症対策のため冷却材の入った「クールベスト」を着用している方もいました。

キュウリの収穫は、「25cm以上でまっすぐなもの」と厳しい規格があり、その目安となる25cmの測定棒を片手に収穫作業が行われます。

就業は朝8時から10時までの2時間、農産物の収穫作業ですので年中無休ですが、チームワークが良いので就業の調整がつけやすくて気なのだそうです。就業終了後にお願ひした集合写真は食品を扱う現場なのでマスクは着用したままでしたが、みなさんの表情は明るく健康的。それもそのはず、キュウリ収穫作業は「姿勢」が良くなるのだそうです。

「みんな仲良しで明るい職場」「キュウリ大好き」な「林ハウス」のみなさんでした。ハウス責任者(水耕栽培ユニット長)粕谷恵美子さんからは、「収穫の見落としも少なく、みなさん優秀です」と好評価をいただきました。

(文・田口 写真・黄地)

独自事業

営農グループから発信



シルバーの独自事業として始められた営農グループについて、リーダーの五十嵐保さんと参事の越阪部孝夫さんにお話を伺いました。

平成25年のスタート時には、5名程でしたが、現在は20名余りの会員が就業しています。借りている農地は数ヶ所ありますが、三ヶ島地区・西狭山ヶ丘二丁目が本拠地となっており、第一農園では短期に生育する野菜を作り直売所で販売。第二農園では里芋や馬鈴薯等の収穫まで期間が掛かる作物を。第三農園では菜種や切り花になる百合等を。また、中富の広大な畑では小麦を生産しています。現在では野菜の生産販売の他

に個人や所沢市からの委託で、遊休農地の草刈り等の管理作業もあり、地域貢献(地域農家の手助け)としての役割も果たしています。

コロナ禍で中富麦畑の小学生の麦踏みはここ二年休止となつていますが、収束後は復活させて子供達に農業を体験してほしい。シルバーの地粉を使つたうどん作りの講習をしたい等、色々今後の計画を立てているそうです。

最後にお二人の互いの印象を伺うと五十嵐さんのことを「きちつとしていて、細やかで、真面目な方です」と。越阪部さんのことを「今までやって来たことを生かしてくる存在です」との事。五十嵐さんが説明してくださった営農発足の資料や安全安心な野菜作りに関するデータ、作業予定表、販売実績表等を拝見し、納得。越阪部さんは市役所農政課に勤務されていたとの事で、今も生きているネットワークでやりたいことを強力にサポートしてくれる存在なのです。

暑さ寒さの中での畑作業は大変でも、苦労は楽しみや面白みでもあるとの事でした。

(文・竹内)

シルバー営農の活動



学園の子供達が

「コスモスの種蒔き」

営農グループが所沢市からの依頼で管理をしている、旧市立第二学校給食センター横の用地(中富)で、隣接する市立かしの木学園と松原学園の子供達がコスモスの種蒔きをしました。

6月30日、梅雨の止み間の曇り空、種蒔きには最適な天候。営農グループが丁寧に耕し、溝を作った所に子供達が種をパラパラと蒔いて歩きます。ふかふかの土の上は、とても気持ちが良いさそうでした。緑の芽が列を



なし、蕾が出来て花が咲いてくる様子も、お散歩しながら見る事が出来ます。秋の花摘みも楽しみです。

所沢小麦粉・所沢うどん YOT・TOKOでも販売

営農グループが栽培した所沢産小麦を使用したシルバーブランド所沢小麦粉・所沢うどんが、所沢観光情報・物産館(よつとこ)で、特産品として販売されています。所沢の美味しいものの仲間入りです。(文・竹内)

会員へのアンケート調査から



アンケートQ&A(第二弾)

「つどいの樹」No154に掲載したアンケートQ&A、好評により第二弾をお送りします。アンケートでは様々なコメントも寄せられ、一番多かったのは「ありがとう」という感謝のコメント、就業することで配分金がもらえる嬉しさ、また社会との繋がりへの感謝など、今も続くコロナ禍で、会員の皆様の心温まる言葉は、地域社会が元気になる何よりのスパイスです。

では、今回のQ&Aはこちらの3つです・・・

Q 1. シルバーの就業は「清掃」が多い。関連機関と連携し就業先の開拓ができないか。

- A. シルバーは、就業する会員の「健康づくり、生きがいづくり」等を目的に、軽易で短期的な、どなたでもできる内容を開拓しています。市や関連機関にも出向き、健康で安全な就業内容を担せていただき、市内各所の公共施設等の受付・窓口業務など、清掃以外の就業もあります。

農作物を作る営農事業や、会員手作り品の販売、派遣事業もあり、多様な就業内容に対応しています。

また、地域に「こんな仕事がある」など情報がございましたらセンターまでお知らせ下さると嬉しいです。



Q 2. 会員同士の繋がりが少なく、交流がほしい。

- A. センターには会員親睦組織「悠和会」があり、様々な活動に取り組んでいます。例年、会員親睦旅行や野球観戦、ボランティア清掃など年間を通じて開催していますが、新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から、現在休止しています。

また、会員による多種多様なサークル活動もありますが、こちらも休止をしています。少しでもコロナ感染の状況が収まり、社会情勢等の活動が再開できるようになりましたら、皆様に参加していただけるようお知らせして参ります。

Q 3. スマホやタブレット、植木剪定講座やサポート事業などの研修会をしてほしい。

- A. 今や現代社会でスマートホンやタブレット(PC端末)などの活用は欠かせません。センターでもSMS(携帯電話ショートメールサービス)を活用したお知らせや、電話連絡が取れない方へのメッセージなどで活用しています。ますます進化する通信機器ですが、皆様の生活や就業に役立つスマホの使い方が分かると、もっと楽しくなりますね。コロナ感染の収束を踏まえ、センターでは、皆様に役立つ研修会等ができるよう準備をしていますので、いましばらくお待ちください。



(会員活動委員会)

おしえて！あなたの「ありがとう」体験談

みんなが笑顔になれる「ありがとう」の体験をおしえて下さい。

あのとき言われた「ありがとう」が嬉しかった、とか・・・

あの「ありがとう」で癒された一、など・・・

書面にして送って下さい。できる限り100文字以内 (メール・FAX可)

「つどいの樹」等でご紹介したいと思います。会員番号・お名前も書いてくださいね。

メールtokorozawa@sjc.ne.jp FAX04-2924-0630



人口急増と歴史遺跡に囲まれた小手指
 当地区は昭和40年～50年代に移り住んだ人たちで人口が急増した市内最大の行政区。また、当地域は歴史散歩にはうってつけの多数の歴史遺跡に恵まれたところでもある。

小手指の首を振り返る
 小手指の地名は野原に咲いた野ばらの刺(とげ)で小手を刺したのが由来とされている。

歴史的には、足利・新田の軍勢が幕府軍と戦った小手指ヶ原古戦場があり、幕府軍が敗走したのが鎌倉街道だ。

今でも白旗塚からずっと広がる小手指ヶ原を眺めると、子供の頃桑摘みをして冬枯れて残った桑の枝が、槍で林立している

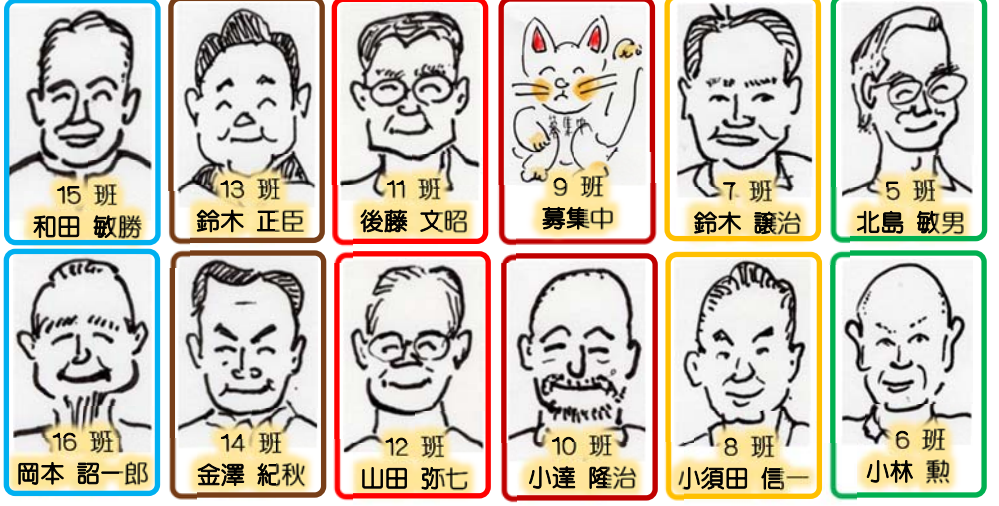


地区組織の概要
 小手指地区シルバー組織は、16班で構成され、会員数321名の大所帯です。

ように仮想してしまおう。食べ物の思い出は主として、かて(ほうれん草、茄子、大根)、ゆずの薬味を添えたうどん。おやつは焼き餅、焼き団子、ゆで饅頭など。夏の総菜は茄子の油みそ、胡瓜もみなどを毎日食べた。昭和45年西所沢駅と狭山ヶ丘駅の間小手指駅が誕生した。それからの発展は目をみはるばかり。小手指に住んで「コトビチヨウの道を教えて下さい」はなくなった。畑の面積も少なくなり建物が密集しているがほんの少し過去を振り返って下さい。

(10班班長 小達 隆治)

地域活動の状況
 現在、コロナ禍により各種イベントが止まっています。秋の懇談会を中心として、公民館文化祭での焼き芋販売、グラウンドゴルフ、西武球場野球観戦など開催していた。特に焼き芋販売は、地区委員の営農従



地域活動の抱負
 班長さんを大切に会議では「お茶はでないが野菜が出るよ」日頃の活動のお礼として旬の野菜をプレゼントしている。会員向けにつどいの樹の配布など頑張っていたらいる班長さんに敬意を表します。

(地区長 阪口 俊治)

最近の活動は映画鑑賞会、ハナミズキ通り清掃ボランティア。特にセンターが小手指町1丁目に移転したのを契機に近傍へのセンターの宣伝と地域貢献の一助として毎月第1月曜日に清掃活動を始めた。

小手指地区会員を中心として約20名前後の有志により3年目の活動に入っている。地域の方々に、大変、感謝されている。

(14班班長 金澤 紀秋)



緑と自然あふれる
 やまぐち

狭山丘陵の北側の入り組んだ地形は古来「山口谷」とも呼ばれ、その中を一級河川の柳瀬川が流れています。
 晴れた日には、狭山湖(山口貯水池)から西に富士山の雄姿が、東には東京スカイツリーも遠く



春の山口貯水池



・ **地区懇談会** センター役職員と地区会員の懇談、懇親等。全地区会員に案内し50名余の参加があります。

・ **ボランティア活動** 12月に荒幡の富士の清掃。近隣住民や中学生、悠和会など200名余の参加があります。

地区の活動など
 当地区の会員数は、前年度末時点で226名(うち女性69名)です。地区長、副地区長、班長で「つどいの樹」の配布等シルバーセンターと会員相互のコミュニケーションのお手伝いをしています。

に望め、湖の周辺には、オオタカをはじめ30数種類の野鳥が息をします。
 週末はバードウォッチングやアマチュアカメラマンも多く四季折々の自然は、これら同好の志の興味が尽きないようです。また、最近リニューアルオープンした西武園ゆうえんち、西武ライオンズ球場、新田義貞が鎌倉攻めの際、戦勝祈願に寄った山口観音(金乗院)等々、スポーツに、気軽な散策やレジャーに賑わっています。

一人とは、独りに非ず、シルバーで！
 一緒に楽しくやりましょう。



後列 左から
 奥野 脩(5・8班班長)、金子 保夫(7班班長)、
 中村 義次(10班班長)、矢口 英則(副地区長・6班班長)、
 土井 忠男(9班班長)、谷口 哲男(1・2班班長)

前列 左から
 三浦 佳子(副地区長・3班班長)、大畠 利和(地区長)、
 川口 則男(4班班長)、金澤 正夫(11班班長)

・ **地区文化祭** 延べ20名余の会員で、2日間にわたり、元料理人の会員を中心に、うどん、サンドイッチ、コーヒー等の模擬店を出しシルバーのPRも忘れず地域貢献に努めています。

・ **情報交換や懇親の場** 新年会、花見、筍を掘って食する会、暑気払い(スイカ割り、バーベキュー、花火等)、秋には、秩父や奥多摩方面などへの一泊旅行や不定期ではあるが女子会も粛々と進んでいるとか。(男子禁制で残念)

今後新入会員宅に担当班長等がご挨拶に伺うことも検討しておりますので、その節はどうぞよろしくお願いいたします。

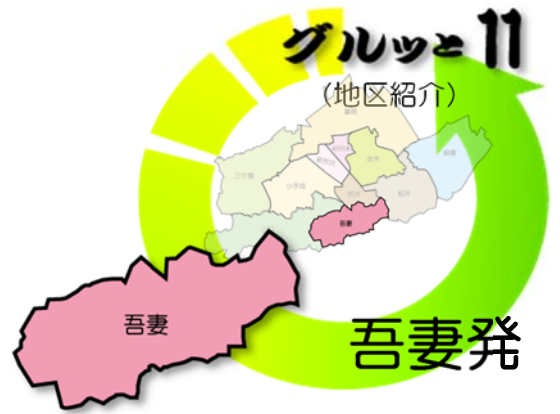
(文・中村、大畠)

これらの実施の殆どは、自宅を開放してまでお世話になっている会員(女性リーダー、前副地区長)をはじめ、手料理など作って応援して頂く会員のお陰で大変楽しく、再開出来る日を首を長くして待っているところで

吾妻地区
 地区人口：37,267人
 男性：18,430人
 女性：18,837人
 世帯数：18,237世帯
 (2021年7月31日現在)

**吾妻地区シルバー
 会員数 223名**
 男性 154名 就労 92名
 女性 69名 就労 37名
 就労率 57.8%
 未就労率 42.2%

神社仏閣が数多く、自然豊かな地域 吾妻
 吾妻地区は市域の南部に位置し、西武新宿線の線路をはじめ、所沢街道・府中街道など東京への動脈を要する場所でもあります。鎌倉や江戸など吾妻地区はいつの時代も南に開かれた出入口に位置し栄えました。
 北秋津、久米、荒幡という3つの村からなり、これらが合併



大町桂月

「八州の我に朝する青葉かな」

荒幡の富士は明治32年に富士信仰によって築かれた人工の山で標高約119m。山頂からは本物の富士をはじめ西武ドームが目の前に見えます。周辺は自然豊かな場所です。周りは自然豊かな場所や施設がたくさんあります。

荒幡の富士

一度は登ってみよう
 して明治にこの地方が昔「吾妻の荘」といわれていたの、その伝承により吾妻村と命名されたそうです。この地域の特色としては鳩ヶ峰八幡社や長久寺などの神社仏閣が数多く点在し、また荒幡の富士や八国山に代表される自然豊かな地域でもあります。

地域活動の取り組み予定
 本年はコロナ禍で思うように活動が出来ず心苦しく思っています。今後はコロナ対策を充分に取りながら12月には荒幡の富士の清掃ボランティア活動、来年には懇親会などの情報交換を活発にやっていきたいと考えています。会員の皆様におかれましては何か就業に関しての困りごとや相談ごとがありますら遠慮なく私たちにお声掛け下さい。



荒幡の富士 清掃ボランティア活動

(文・地区長 吉岡 正行)

前列 左から		後列 左から		地区体制
荒幡班	荒幡班	久米班	久米班	地区長 吉岡 正行 (登山)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	副地区長 藤原 信悟 (絵画)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	(兼 北秋津班長)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	副地区長 竹島 洋子 (社交ダンス)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	(兼 松ヶ丘班長)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	班長 栗原 一男 (マーじゃん)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	安達 恵子 (水彩画)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	中島 昇 (ゴルフ・畑)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	内田 好則 (散歩)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	渡辺 節男 (散歩)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	松ヶ丘班 青木 貢 (書道・絵手紙)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 安藤 喜一 (ハイキング)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 吉川 昇 (班長生きがい)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 小笠原 喜太郎 (ゴルフ)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 内野 勝美 (Gゴルフ)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 須田 晃 (家庭菜園)
北秋津班	北秋津班	久米班	久米班	北秋津班 荻野 保男 (家庭菜園)



ボウリング愛好会

代表 米永清人
筆者 村山孝

過去、若き20代のころ、夢中になってやっていたボウリングゲームは、今や60から80代の会員の皆様の健康志向の高まりで、現在シルバー人材センター悠和会々員中心に合計70名の会員で構成され、毎月一度のボウリング愛好会月例会に優雅に、楽しく参加しています。

優勝者の他に約半数以上の方が賞品を受賞し、日頃からリーグ戦に参加しレベルアップに励んでいる方も多くいます。

私がサークルに入会したのは4年前、就業先の関係者から誘われたのがキッカケです。若いころ投げていた事を思い出し、会員の皆様と月例会に参加して、ボウリングを楽しんでおります。

※会場 所沢市星の宮、所沢スターレーン

※年会費 11000円

※参加費 1500円 (練習+3ゲームプレー+シューズ+表彰商品代)

来年2月の月例会大会は270回記念特別大会となり、参加者全員が受賞対象の予定です。

皆さまの健康維持のためにも、ボウリングをお勧めいたします。

悠和ちぎり絵会

代表・筆者 近藤 ミネ子

定年退職した後、主人の勧めもあり、シルバー人材センターに入会させていただきました。いろいろな就業先を紹介していただきましたが、思う様な就業に出会えずにいた時、サークル活動の有ることを教えていただきました。

私は「和紙ちぎり絵」を40年



来趣味で続けてきました。まだ「ちぎり絵」サークルの会がなく新たにサークルを発足させていたできました。

ちぎり絵は四季折々の草花や風景を、和紙をちぎって貼っていく、なかなか根気のいる作業です。秋の悠和会会員作品展には、少人数の会ですが、皆さまへご披露できる事を楽しみに作品を貼っています。

※活動日 第2、第3金曜日

午前9時30分～12時

※場所 内堀教室(御幸町)

※会費 材料費3500円

◎両サークルともコロナ禍での活動状況については悠和会事務局に確認してください。

☎04・2928・8695

理事・監事候補を募集

令和4年度は理事・監事の改選の年に当たります。「自主・自立・共働・共助」の理念の下、会員の豊富な知識や経験を活用する観点から、自薦により理事・監事候補を募集します。

応募できるのは会員歴2年以上の健康な方で、役員として責任が持てる方です。締め切りは令和3年11月30日(火)までとなります。応募された方は理事会に諮ります。

応募用紙等は会員専用ホームページから入手できます。事務局にも用意してあります。

理事会報告

6月理事会 6月30日(水)

議案 新入会員の承認
計関係書類の処分の承認
規程の一部の改正の承認
◆中期計画の承認

報告 各委員会活動など

7月理事会 7月30日(金)

議案 新入会員の承認

報告 各委員会活動など

8月理事会 8月31日(火)

議案 新入会員の承認

報告 各委員会活動など

センター事務局より **お知らせ**

配分金に消費税が入っていることをご存じでしたか！

現在、会員の皆さんへお支払いしている配分金には、内税扱いで消費税が含まれております。

皆様は個人事業主という立場となり課税売上高(配分金収入)により、消費税の納税義務が発生します。

※消費税を納めるかどうかの境界額は課税売上高(配分金収入)1000万円超です。

令和元年10月の消費税増税に伴い軽減税率制度が導入され、現在2種類の税率が存在しています。そのため政府は消費税納税の透明性、正確な経理処理を図ることを目的に令和5年10月1日から適格請求書等保存方式(インボイス制度)の導入を決定しました。

これにより皆様が受け取る配分金に含まれている消費税の取扱いについても変更が生じる可能性があります。

制度導入に伴う配分金に係る消費税の取扱いにつきましては現在関係各所にて協議を行っており今後の状況に進展がありましたら随時お知らせしてまいります。

新入会員説明会日程

11月18日(木)	10時30分～12時00分 14時30分～16時00分
12月16日(木)	10時30分～12時00分 14時30分～16時00分
1月20日(木)	10時30分～12時00分 14時30分～16時00分

※問合せ先 ☎ 2928-8695 (事務局)

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。

所沢シルバーの会員数

(令和3年8月31日現在)

- ・総会員数=2,182名
(男性=1,494名)
(女性=688名)
- ・6月～8月の入会者数=47名
退会者数=82名
- ・賛助会員数=
企業(事業所)32法人



(強矢 廣さん)

健康一口メモ No.54

「3保と共に」

コロナ自粛で運動不足の方も多いと思いますが、お散歩により季節になりました。楽しく歩き、健康寿命を延ばすには足の手入れが大切です。



年と共に発汗や皮脂が減り、足の皮膚も乾燥し、かゆみや傷つき、水虫などの菌に感染しやすくなります。足に合わない靴をはいていると、圧迫されてタコやウオノメ、外反母趾などの変形が起こりやすくなります。

これら足の生活習慣病を予防するには

- ① 保清—清潔に洗う。但し、ゴシゴシこすり過ぎない。
- ② 保湿—洗ったあとに保湿クリームを塗る。
- ③ 保護—足の形に合った靴をはく。

シューフィッターのいる靴屋で靴を選び、中敷きで調整してもらう。①保清②保湿③保護の3保に加え、足首まわしや足指じゃんけんなど、足首や足指を鍛え、人混みを避けて元気に歩きましょう。

(保健師 西村園子)

「シルバーの日」パネル展開催

シルバー人材センターでは、毎年10月をシルバー人材センター普及啓発促進月間とし、第3土曜日を「シルバーの日」としています。

所沢市シルバー人材センターとしては、市民の皆さんに「シルバー人材センター」をもっと知っていただきたいとの思いで、「パネル展」を開催します。

お知り合いを誘い、ぜひ会場に足を運んでください。

所沢市役所1階ロビー 10月14日(木)～10月16日(土)

※詳しくは別紙をご覧ください。(事業連絡会議)

就業開拓創出員2名の方が交代しました

就業開拓創出員の藤原信悟さん、山川裕二さんが交代しました。永年にわたるご尽力ありがとうございました。石津美津子さん、洲江洋さんは継続して担当します。新たに強矢廣(すねやひろし)さんが加わります。もう1名の方は次号で紹介いたします。



秩父出身でシルバー歴8年。現在、新所沢地区の地区長を務めています。インディアカが趣味で大会などに出場され、シルバーのサークルを立ち上げる希望があり、コロナの収束を待っているそうです。取材時は元営業マンらしく、にこやかに対応して頂き、対人への気配りを垣間見ました。抱負は「会員さんが希望する・求める就業を創出したい」とのことでした。(文・永野)