

シルバー みさと

令和7年10月27日 第93号

会員総数
(令和7年10月10日現在)

男性：690名

女性：472名

計：1,162名

**自主・自立
共働・共助**

安全講話会



リーダー研修



東和西地区懇談会



目次

- 令和7年度安全講話会開催報告
安全講話会に参加して…………… 2～3
- 安全就業のお願い・令和7年度事故報告（8～10月）
令和7年度接客マナー（接遇）講習会開催のお知らせ・
参加申込書・就業現場訪問実施報告（7～9月）・
令和7年度リーダー研修開催報告…………… 4～5

- 職群班の紹介・派遣就業の紹介…………… 6
- 新年会開催のお知らせ…………… 7
- 事務局だより
地域班活動開催報告…………… 8

講話会開催報告

9月30日(火)午前10時から、三郷市健康福祉会館5階会議室において「令和7年度安全講話会」を開催し、27名が参加しました。

秋田専務理事兼事務局長の開会の挨拶に続き、三郷市いきいき健康部 健康推進課 植木 萌 保健師から、「高齢者が健康に過ごすための運動及び食事について」をテーマにご講演頂きました。

はじめに、埼玉県の高齢化状況や医療・介護費用の現状に触れながら、健康寿命を延ばすための具体的な取り組みについて説明がありました。食事面では、バランスの取れた食事、減塩、野菜の摂取を意識することの重要性が述べられ、運動面では、日常生活の中で少しでも多く体を動かすことの大切さが強調されました。

次に、生活習慣病予防の観点から、生活習慣の見直しについても言及されました。講話の最後には振り返りとして小テストが実施され、参加者の理解を深める機会となりました。

休憩を挟んだ後、安全就業・事故防止に向けた啓発動画を2本視聴しました。

内容は、「安全就業のために」及び「清掃業務時の転倒防止」に関するもので、現場での安全意識向上を図ることができました。



開会挨拶をする秋田
専務理事兼事務局長



植木保健師



安全講話会の様子



安全就業・事故防止に向けた啓発動画の視聴



閉会挨拶をする宮田委員

安全講話会に参加して

秋本 繁治 会員

健康を維持するためには、運動の継続と、野菜を主にバランスのとれた食事をする。まだ六十代の私は、お酒が好きで毎晩晩酌をしています。

一日当たりの純アルコール摂取量が40グラム以上を超えると生活習慣病のリスクが高まり、また眠りが浅くなり依存症になる可能性が高くなると・・・わかっていましたが毎日ウォーキングをし、筋トレをしており自分なりに体力健康には自信がありました。今日からは自分は高齢者と自覚して、自重したいと思います。

お口の健康については、普段異常がない時は歯の大事さを忘れていますが、今後は、症状が出る前に、定期健診をしていきたいと思いました。

安全就業については、「日頃から健康に気を配り、仕事は絶対に焦ってはいけない、余裕をもって仕事をする」を改めて認識いたしました。

最後になりますが、健康管理を徹底し、契約内容に忠実に、責任をもって就業したいと思います。

中村 光 会員

国の統計によれば、これからは高齢者の割合がますます増加し、将来的には三人に一人、あるいはそれ以上になると言われています。そうした中で、シルバー人材センターとの関わりはますます重要になると感じました。

講話会を通じて、健康づくりの大切さを改めて実感しました。毎日の食事はなるべくバランスよく摂るよう心がけています。塩分を控えることは難しい面もありますが、一日三食を基本にしています。

私自身、八十歳を過ぎましたが、力仕事でなければ今も活動を続けられています。

現在もシルバー人材センターにお世話になっており、これも健康であるからこそだと思っています。二か月に一度は病院で定期的な診察を受けていますが、今のところ特別な指摘はありません。アルコールも以前より控えるようになりました。

若い頃からスポーツが好きで、現在も週に一度はショートホールのゴルフに出かけています。メンバーの中には九十歳を超える方もおり、歩く姿もしっかりしています。

その方は「若い頃は無理でしたが、今は健康が第一。お酒も控えている」と話されていました。好きなスポーツを続けられることが、昼食時の話題にもなっています。

健康が何よりも大切だと分かっています。実際にそれを維持するのは簡単ではありません。生活習慣病などを意識しながら、日々の食事やスポーツを無理なく楽しみ、これからもシルバー人材センターに関わってきたいと思っています。次回の講話会にも、可能であればぜひ参加したいと思います。

渡辺 昇 会員

埼玉県の高齢化の現状や、医療・介護にかかる費用の話は、私たち高齢者にとって身近で切実な問題であり、改めて考えさせられる内容でした。食事については、減塩や野菜の摂取、バランスの良い食事の大切さが語られ、日々の食卓を見直すきっかけになりました。運動についても、特別なことをするのではなく、日常生活の中で少しでも体を動かすことが大切だという話に、私自身も「できることから始めよう」と前向きな気持ちになりました。

生活習慣病予防の話も非常に参考になり、講話の最後に行われた小テストでは、自分の理解度を確認できる良い機会となりました。その後、安全就業や事故防止に関する啓発動画を2本視聴しました。内容は「安全就業のために」と「清掃業務時の転倒防止」に関するもので、現場での安全意識を高めるための具体的な工夫が紹介されており、非常に実践的な内容でした。健康と安全について、改めて自分自身の生活を振り返る良い機会となり、参加して本当に良かったと感じております。

なお、講話会終了後、私自身が痛風を患い、健康のありがたさを改めて痛感しております。

安全就業のお願い

8月から10月までの間に、賠償事故が2件発生しました。いずれも、発注者との作業内容の確認不足や安全意識の欠如が原因です。

4月から累計で6件の事故が発生しています。これ以上事故を起こさないよう、安全を最優先に、無理のない働き方を心がけましょう。

令和7年度事故報告（8～10月）

●賠償事故2件

発生日	仕事の内容	状況	原因	対策
7月22日	草刈り作業	肩掛式草刈機で草刈り作業を行っていたところ、庭にある榊の木が背丈の高い草に紛れていたため気がつかず、一緒に刈ってしまった。	高い草に隠れていたため、気づかず、視認不足。	保護すべき植物には目印をつける。事前に周囲を整理して視認性を確保し、草刈機の特性を踏まえた作業をする。
8月15日	植木の剪定作業	植木の剪定作業中に落下した木の枝が、隣接する道路を走行中の車に当たり、傷をつけたしまった。	剪定作業中に落下した枝の落下範囲を適切に管理していなかった。	剪定作業前に落下範囲を確認し、ネットやシートを設置するなどの防護措置を講じる。

☆令和7年度 接客マナー(接遇)講習会開催のお知らせ☆

日時	12月22日(月) 午後2時～4時
場所	三郷市健康福祉会館5階会議室(花和田638番地1)
内容	サービス業で働く会員の役割、接客・接遇の基本、苦情対応の基本など
持ち物	筆記用具
定員	50名
講師	合同会社アップグロース 代表 宮澤 知繁 様
締切日	12月12日(金)

-----切り取り線-----

☆令和7年度 接客マナー(接遇)講習会参加申込書☆

申込日: 令和7年 月 日

会員番号

氏 名

-----切り取り線-----

切り取り線

就業現場訪問実施報告（7～9月）

センターでは、就業環境の安全性と適正な業務遂行を確保するために、毎月1回、安全・適正就業委員会の委員、専務理事兼事務局長、そして請負係・派遣系の職員の計3名が各就業現場への訪問を実施しています。

この取り組みは、現場の状況を直接確認し、必要に応じて改善提案を行うことで、就業する会員の安心と信頼を支えることを目的としています。それぞれの現場でのヒアリングや点検を通じて、より良い職場環境づくりに努めてまいります。

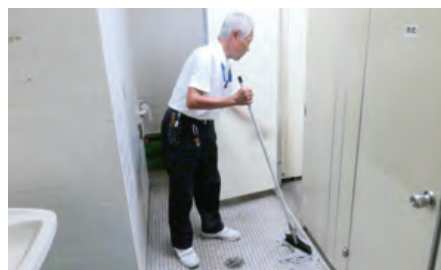
訪問日	訪問先	作業内容
7月8日(火)	前谷小学校	校舎内外の清掃作業等
	東和東地区文化センター	草刈り作業・除草作業
	東和東地区文化センター	屋内清掃作業
8月28日(木)	植木剪定事故現場（幸房）	植木剪定作業
	草刈り事故現場（泉）	草刈り作業・除草作業
	自転車事故現場（ピアラシティ）	派遣勤務帰宅途上
9月29日(月)	鷹野文化センター	屋内清掃作業
	コミュニティセンター	屋内清掃作業



7月 前谷小学校現場確認



8月 草刈り事故現場確認（泉）



9月 コミュニティセンター現場確認

令和7年度リーダー研修開催報告

8月28日(木)午前9時30分から11時30分まで、三郷市健康福祉会館5階会議室にて、令和7年度リーダー研修を開催しました。研修には、会員41名（男性31名・女性10名）が参加しました。

秋田陽一専務理事兼事務局長が開会挨拶を行い、講師・株式会社インソースの吉田英策氏を紹介しました。

研修では、リーダーに求められるアサーティブ（自他尊重）なコミュニケーションについて、理論と実践の両面から学びました。アサーティブの基本的な考え方と4つの柱（誠実さ・率直さ・対等性・責任）に加え、実践的な4ステップ（描写・表現・提案・代案）を具体例とともに紹介されました。さらに、説得の技術として「覚悟」と「本気」の姿勢の重要性が強調されました。

その後質疑応答が行われ、参加者の理解を深める有意義な時間となりました。



講師 吉田 英策 氏



研修の様子



閉会挨拶をする目黒部会長

職群班の紹介 (VOL.30)

職群班とは……会員の共働・共助を基本に連帯意識と親睦を基調とし、安全な作業遂行を促進することを目的とした職種ごとの仕事別グループです。

- Q1** グループの人数、役割、就業先のことなど **Q2** 仕事をしていて大変なところは
Q3 仕事をしていて良かった・嬉しかったことは

仕事別グループ：勤労者体育館管理

職群：管理群 職種：建物管理

- A1** 現在、メンバーは6名です。勤労者体育館にて、施設管理及び窓口受付業務を担当しています。就業時間は、昼間が8時30分～17時00分、夜間が16時45分～21時15分です。1日につき2名が交替で昼間と夜間の就業にあっており、日曜日は昼間のみ1名が就業します。
- A2** 勤労者体育館の利用管理はすべてパソコンで行われており、利用申込みはインターネット・携帯電話・窓口にて受け付けています。業務にはインターネットやパソコンの基本的な知識が求められ、一人で業務を担当するには、一定期間の業務知識の習得が必要です。近年では、利用料の支払い方法に電子マネーやクレジットカードが加わり、覚えるべき内容も多様化しています。来館者も多く、窓口対応には気配りが求められるため、業務は容易ではありません。
- A3** 6名が交替で業務にあたっていますが、全員が一堂に会することは原則としてありません。祝日は休館日のため全員が休みとなり、年に数回、祝日に合わせて懇親会を開催し、情報交換を行っています。手品などを披露する会員もあり、グループの親睦を深める一助となっています。



(リーダー 神谷 成男)

派遣就業の紹介

派遣先 株式会社レンタルのニッケン

業務内容：電動工具等商品の洗浄・清掃・塗装・動作確認

- A1** 就業している会員は2名。9時30分から16時30分まで就業。勤務は1人体制で、貸し出した電動工具等が戻ってくると、洗浄や簡単な修理や塗装を行っています。
- A2** 様々な形や大きさの電動工具等の汚れが落ちにくい品は洗浄するのが大変です。
- A3** 試行錯誤をして、洗浄したものが新品に近い見栄えまでキレイになった時に達成感が得られることです。

(小林 富夫)



事務局だよ！

★会員業務委託料支払日のお知らせ

9月分 10月31日(金)
10月分 11月28日(金)
11月分 12月26日(金)

会員業務委託料明細書の記載内容に誤りがありましたら、速やかに事務局へご連絡ください。

★就業報告書は記入と提出をしっかりと

就業報告書は、黒色のボールペン(鉛筆不可)を使用し、毎月締め日には、その月の合計日数と合計時間を記入のうえ、発注者の確認印を頂き、3日以内に事務局へ提出してください。

★就業案内はお仕事情報で！

会員の皆さんへのお仕事の提供は、急を要する場合を除いて、センターホームページまたは毎月20日発行のお仕事情報で行っています。

必ずメモを持参して、お近くの施設に足を運んでみてください。

【お仕事情報揭示場所】

東和東地区文化センター、岩野木老人福祉センター・岩野木集会場、鷹野文化センター、高州地区文化センター、高州地区体育館、ふれあいの郷下新田、コミュニティセンター、戸ヶ崎老人福祉センター、戸ヶ崎ふれあいひろば、文化会館、総合体育館、彦成地区文化センター、彦沢老人福祉センター、ピアラシティ交流センター、瑞沼市民センター、世代交流館ふれあいパーク、希望の郷交流センター、自転車サービセンター、シルバー事務局

★時間外緊急連絡先

事務局業務時間外で**緊急事態(事故・ケガ等)**が生じた場合は、左記の携帯電話にご連絡ください。

☎080(1085)7008

地域班活動開催報告

地域班活動は、地域班班長・副班長が主体となり、会員相互の親睦交流や連携意識の高揚を図ることを目的としています。

①日時 ②開催場所 ③内容

彦成地区

①10月9日(木) 午前10時～

②三郷市立ピアラシティ交流センター

③三郷市社会福祉協議会より講師をお招きし、「老いじたく」をテーマとした講演会を開催いたしました。安心して老後を迎えるために何が必要かを学ぶ貴重な機会となりました。講師の方からは、「私の遺言ノート」の活用や家族との話し合いの大切さなど、具体的な話を伺うことができ、参加者から「とても参考になった」との声が寄せられました。講演会の後半は、上半期の事業報告・安全適正委員会の報告が行われました。意見交換会では、参加者同士自己紹介をし、交流するなど、有意義な時間となりました。



意見交換会の様子

東和西地区

①10月16日(木) 午後2時～

②三郷市立コミュニティセンター

③はじめに体をほぐし、全身をしっかりと温めました。その後「ボッチャ」に挑戦しました。ゲームが始まると、和やかな雰囲気の中にも真剣な表情が見られ、投球のたびに歓声や拍手が起こるなど、終始賑やかで活気のある時間となりました。「思った以上に奥が深くて面白い」「またぜひやってみたい」との声が多く寄せられ、笑顔あふれる交流のひとつとなりました。



受付の様子

※ボッチャとは、白いボール(目標球)に向かって、赤・青それぞれのチームがボールを投げたり転がしたりして、いかに目標球に近づくかを競うスポーツです。他のボールに当てて弾くなど、戦略性もありながら、力の強さや年齢に関係なく、どなたでも気軽に楽しめる競技として人気が高まっています。