

シルバーだより

# あゆみ



No.61  
令和5年1月発行

編集・発行 / (公社)千葉市シルバー人材センター広報部会 〒260-0843 千葉市中央区末広3-17-15 043-265-0070



スキンケア教室を開催しました!



働くよろこびと  
社会参加



## 新年のあいさつ



原 理事長

会員の皆様におかれましては、健康やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

当センターにおきましては、本年4月で35周年を迎えることができ、この間、高齢者の生きがいの充実と地域社会への貢献に寄与してまいりました。これもひとえに市民をはじめ企業や関係機関等のご理解とご協力、そして何よりも会員皆様方の多大なるご尽力の賜物と深く感謝と敬意の意を表する次第であります。

昨年は、新型コロナウイルス感染症に加え円安・物価高という厳しい状況ではありましたが、シルバー事業については、少し回復の兆しが見えたところであり、本年は、新たに策定します「(仮称)第4次基本計画」に基づき、新たな飛躍に向け様々な取り組みを進めてまいりますので、引き続きご協力のほどよろしくお願い致します。

さて、一年の計は元旦にありと言います。お正月から「事故」の

話で恐縮ですが、今年こそ事故を0にしたいものです。

令和3年度の事故件数を見ると、傷害事故が15件、賠償事故が21件発生しています。

少し話は変わりますが、昨今、高齢ドライバーの交通事故が多発し問題となっています。原因の一つとして、高齢者が自分の運動能力の低下に気づいていないこと。また、「自分は運転が上手だ」「これまで無事故無違反だから自分は大丈夫だ」といった自信を強く持っていることなどが挙げられています。同様のことはシルバー事業においても言えると考えます。

さて皆さんは、自分のことをどれだけ知っていますか？ 自分の健康状態は？ 身体・運動能力は？ 認知能力は？

中国の兵法書『孫子』に、「彼を知り、己を知れば、百戦して危うからず」という教えがあります。自分の健康状態や身体的状況などをよく認識し、例えば、「まだまだ体力はあるが、落ちてきているところもあるのでより一層注意しよう」とか、「事故は誰にでも起こる。慣れた作業だが、これまで以上に注意深く」などといった考えで作業に臨むことが肝要です。

結びに、会員皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

## 年頭のご挨拶



千葉市長  
神谷 俊一

千葉市シルバー人材センターの皆様、明けましておめでとうございませう。幸多き新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

会員の皆様におかれましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止と社会経済活動の両立を目指し、日頃よりシルバー事業を推進していただいておりますこと、あらためて敬意を表するとともに心より感謝申し上げます。

さて、昨年は、千葉市が政令指定都市移行30周年を迎えた大きな節目の年でした。この間、政令市への移行に伴い6区が設置され、日常生活に密着した手続や業務のほとんどが身近な区役所で行われることとなり、市民サービスや暮らしやすさの向上が図られました。

高齢者施策では、全ての団塊世代が75歳以上を迎え、社会保障費

の増大や現役世代の減少が懸念される2025年問題に備えるため、「支えあいがやすらぎを生む、あたたかなまちへ」を基本理念に掲げ、「健康寿命の延伸」と「介護保険制度の持続可能性の確保」に向け、健康づくり・介護予防の普及啓発に計画的に取り組みを進めてまいりました。

このような中、貴センターには、高齢者の雇用の安定を図るとともに、生きがいの創出や健康増進に大きな役割を担っていただいております。今後もこれまで培ってこられた豊かな知識や経験・技能等を活かし、地域の中でさらにご活躍されることを期待申し上げます。

令和5年4月からは、「みんなが輝く都市と自然が織りなす・千葉市」を目指す「千葉市基本計画」がスタートします。本年も、関係機関との連携・協働のもと、高齢者が心豊かに安心して暮らせる社会をつくるため、全力で市政運営に取り組んでまいりますので、一層のご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりますが、貴センターのますますのご発展と、会員の皆様方のご健勝・ご多幸を祈念して、年頭のご挨拶といたします。

# 卯年生まれ 集合!



安井 節子

あけましておめでういづいませ。今年もコロナ禍で新年を迎えました。一口も早く終息して、制限のない生活が出来るようになることを願います。兎年の私は、6回目の年女を迎えることができました。

一昨年、前職を定年退職した後に、千葉県シルバー人材センターに登録し、すぐに仕事を紹介していただきました。

清掃の仕事を経て、その後、保育士研修会の、会場運営に係る仕事を紹介していただき、朝一時間ほど受付の仕事に携わっております。

若い保育士の方々と関わることで、笑顔と元気をいただいております。

朝の通勤時間帯に千葉駅で降り、若者に混ざり、昇りのエスカレーター乗り場を目指す時。気持ちは若くても身体はシルバー! 慎重の気持ちは忘れずに。

コロナ禍で外出を控える日々が続きましたが、外気に触れ、活動する人々と接することで、活力を吸収できると実感し、感染対策をしつつ、外に出かけるこの頃です。体力、気力のある間は、今後も仕事に携わりたいと考えております。

いつも暖かく対応してくださる、シルバー人材センターの皆様、今年もよろしくお願いたします。



大沼 喜代子

あけましておめでういづいませ。

シルバー人材センターで「請求員」として働いております。会員の皆様の就業報告書の計算・入力をする仕事です。私の人生設計では65歳からはカメラを持って、徒歩時にはバスや電車で散歩や小旅行をして過ごす予定でした。60歳の時に就いた職場が65歳定年から70歳になり、そこでやってみようとしていたのですが、途中で退職しシルバー会員になりました。70歳過ぎても働けることを知り、そして一人で複数の仕事をしている会員の皆様の頑張りや頭が下がり、今は体力が続くうちは続けようと思っております。又37歳の時パソコンと出会った面白く・楽しいと思いついて夢中になってやり、目と肩がボロボロになりました。60歳の時就活で事務職に就けなかったのでパソコンはあきらめたのですが「請求員」の仕事に就いてからパソコン教室の二員に加わり現役の頃を思い出しながら、新たに先輩先生方の講義を受講者と一緒に聞いています。

受講者の中には初めての方もおり、年齢に関係なくやりたいと思った時に行動するパワーがあります。新しい事を覚えるのはワクワクします。今年も元気で楽しく過ごす為に私も会員の皆様も健康第一で行きまういづいませ。



吉田 洋子

## 6回目のウソばい年に向かい越えて行く

十二月も半ばになると、何故か「子、牛、寅、卯...」と指折り数えます。そんなうさぎ年生まれの私、今年九月に6回目を迎えます。還暦からの古稀も過ぎ、何だかフーリーな気持ちになつてきているよう。二年の計は元日にあり、そこでこの二年の目標を考える前に、長年お世話になっているシルバー人材センターとのつながり、依頼された仕事の事等々、振り返ってみました。

そのスタートは、'13(平25)一月四日育児支援からでした。以前の仕事との関連もあつてか子ども(女兒)さんとの出会い、とりなし方等余り緊張せずできたと思っております。十一月とはいえ、大抵名前呼び年ら接し、言葉はいつも丁寧にと心がけていました。

幼時から小学生に上がる頃、弟さんでもき支援の対象が移つていく。男の子に変わること、多少戸惑い乍らも遊びが活発、やることを自分で探せる。外や公園に行く回数も増え、時に小さな傷やぶつけることもあつたが「イヤリハット」用いること、次の用心・対策ができたよと思われ。

家事(清掃)もその間に二、三年位ずつ行い転勤や諸事情あつて、今は軒と単発あり。短時間なので、無理なく通えるのが嬉しい。何にも増して自身が健康に恵まれてるのが一番、両親への感謝と共に傾合いを見て仕事を回して下さるシルバー人材へ有難い気持ちでいっぱいです。大体は任されて動くが、時に困り事などシルバー先輩に相談し、気持ちの切りかえがで、何度か支えてもらいました。

私事、宮城より、يونと千葉に来て52年経つ。住みやすいこの地、ついすみ処に。年明け、コロナ4年目にさしかかるも23(令5)一月四日で九十年、感慨深いものです。

TVからの曲に合わせぴよんぴよんといび跳ねて、丈夫でいたいと願っている。今の仕事も、あと3年はやる、と言いついて聞かせています。



宿松 洋次

あけましておめでういづいませ。

今年も年男ですが、何回もうさぎ年はありましたが、あまり意識したことはありませんでした。これを書かせて頂いている事がまあまあいい年を取ってきたなと思えます。

私は東京の下町で生まれ育ち、子供の頃の思い出は、今回掲載の絵にも描かせて頂きましたが千住火力発電所通称(おぼけ煙突)がそばにあり毎日見て過ごしておりました。

私の住んでいた下町は隣近所が近く人情が厚く家族にぎやかに楽しく暮らしていたのを思い出します。

63才で正社員の仕事をやめ、アルバイトで時間をつくって、前から好きだった、絵の勉強ができるようになり、楽しい日々を過ごしております。

70才の時に、シルバー人材センターの会員になり、現在、マンションの管理人の仕事をしています。割と綺麗好きなので、この仕事は自分に合っていると思います。マンションの、敷地内の落葉掃除など楽しく仕事をしております。

この年になって、コロナを経験するとは思っていませんでしたが、うさぎ年の今年、يونとは、とはなくても、一歩一歩健康で、働いて、生きていきたいと思います。

# 普及啓発促進月間の活動風景

## 稲毛区民まつりに参加

3年ぶりに開催された稲毛区民まつりに参加しました。  
 役員5名が参加し、穴川中央公園でシルバーのPR活動を行いました。  
 当日は、晴天の中、たくさんの方がブースを訪れました。ブースを訪れた千葉ロッテマリーンズのマスケットキャラクター、マー君がPR活動に協力してくれました。  
 開催日・10月16日(日)



## ボランティア清掃活動

地域住民の方への感謝を込めて、JR本千葉駅周辺のボランティア清掃を行いました。  
 参加者21名が3班に別れて行い、複数のゴミ袋を満杯にしました。  
 歩行者の方より感謝の言葉も頂き、充実した地域貢献活動となりました。  
 実施日・10月27日(木)





パトロール実施日：12月9日

## 安全パトロール(植木剪定)の様子

### 以下の事項を確認しています！

#### ※植木剪定作業の場合

確認書項目	確認内容
就業前	・仕事の前日は、充分睡眠をとったか。
	・作業現場に就いたら、危険な場所や物がないかや虫などがいないか確認したか。
	・使用器具類は、使用前に十分に点検整備し劣化等も確認したか。
	・軽い準備運動をしてから、作業を始めたか。
作業中の服装	・服装は仕事にあった動きやすいものを着用していたか。
	・履物は仕事にあった動きやすいものか。
作業時の安全対策	・ヘルメットを着用し、その他手足等に適切な防護類を着用していた。
	・三脚脚立を安全ロープで固定し、安全な作業に心掛けていたか。
	・三脚脚立は作業場所に合った物を使用していたか。
その他	・三脚や脚立周辺には、鋏や刃物類を放置していないか。
	・使用器具類は、整理整頓を心掛けていたか。
	・休憩時間は、充分にとったか。
	・以前に、ヒヤッとした体験があったか。

職員や安全委員による安全パトロールはチェック項目を決め、会員さんに安全対策の意識を高めてもらうために行っています。

# 慣れ注意

いつも初心にかえって 安全作業を！



## 会員紹介について

当センター会員としていきいきと活躍されているお二人をご紹介します。

取材は坂本尚登会員にお願いしました。

### ■千葉公園の蓮華亭で管理業務を7年半、お客との会話が楽しい

千葉公園の蓮華亭は、千葉市の花である大賀ハスが多く市民に親しまれるよう、平成6年にオープンした。建物の外周に板敷の廊下が張り巡らされ、ハス池に向かってベンチが置かれている。中央のホールで大賀ハスの資料を展示しているほか、売店とトイレがあり、公園を訪れた人たちの休憩と情報収集の場になっている。

千葉公園ではポートの貸し出し業務に5名のシルバー会員が就いていることを59号で紹介したが、蓮華亭でも3名の会員が交替で管理業務に当たっている。そのおひとり、大網安夫さんを昨年11月半ばに訪ね、その仕事を伺った。



大網安夫さん

大網さんの自宅は千葉公園から自転車でも10分ほどの中央区松波にあり、今の仕事に就く平成27年以前

から公園にはよく遊びに来ていたそうだ。当時は自宅で商売をしていたが、時代の流れもあってやめようかと思っていた矢先に、蓮華亭の管理人をしていたシルバー会員から「私辞めるんだけどその後をやらなさい」と誘われたのが、シルバーに入会してこの仕事をするきっかけとなった。

勤務は9時から17時まで。自宅が近いので8時15分頃には出勤し、トイレ、廊下及び周辺を掃除して来客に備える。9時以降は公園を訪れた人の質問に答えたり、周辺の掃除をする。質問の内容はさまざまで、四季折々の花の開花時期や公園周辺の施設の場所など。公園周辺の地理には詳しいので問題ないが、花の開花状況は毎日チェックして答えられるようにしている。

一番忙しいのは6月のハスの開花時期。週末ともなると日に数百人が訪れるそうだ。特に気をつけているのは、池の上に渡してある木道から誤って落ちないようにすること。そのためにも力所ある木道をそれぞれ方通行にする。それでも花に気を取られて足を踏み外す人がいるそうで、その時は外の水道で洗ってもらい、タオルを貸すなどのお世話をしている。

昨年10月中旬に遠征で公園を訪れた幼稚園の先生と園児が急な雨に遭って木の下で雨宿りしたことがあった。その様子を認めた大網さんが「今お客さんがいないので使ってください」とホールに案内し、弁当もそこで食べてもらった。後日、幼稚園から「千葉公園に行き、人の心の温かさ、優しさに力をいただき、子どもたちは良い思いを語り合っています」という内容の丁寧な礼状が蓮華亭宛てに届いた。

長年、お客相手の商売をされてこられた大網さんはお客と会話することが楽しそうだ。それに加えてこのエピソードが物語るように配器が身についている。その点でご本人も「この仕事は打って付け」と感じている。いま75歳だが「あと数年、人に迷惑をかけない程度に体が動けば続けたい」ということでした。

### ■依頼が増える9-12月の植木班を事務補助員として支える

植木班は、受注の件数、金額の多さで除草班と肩を並べるが、特に9月から12月は「きれいな庭で新年を迎えたい」という個人客からの依頼が多くなる。この繁忙期に短期の植木班事務補助員として就業されている東照久さんに末広事務所でお話を伺った。

東さんの仕事は大きく分けて3つ。1つ目は、顧客から直接依頼を受けた会員から送られてくる受注情報を入力して就業依頼書を作成し、会員にフィードバックすること。この時に自動採番される受注番号が以降の業務のキーになる。

2つ目は、会員から送られてくる三脚の配送依頼を配送日ごとに台帳に記入すること。台帳には届け先の氏名、住所、電話番号、機材の種類ごとの数、作業日などが記入されており、4人のうち2人がローテーションで動く運搬員が台帳をコピーして、末広事務所に保管されている三脚をピックアップし、軽トラックで届け先に届ける。取材した11月下旬の某日は日に15件の配送（一部回収）となっていた。



東照久さん

3つめは月次の就業報告書のチェックを行うこと。月末・月初に会員から顧客ごとの就業報告書が提出されるが、記入の間違いや漏れがないかどうかチェックし、その結果を別の会員が入力する。入力後は2人で読み合わせし、間違いがないかどうかを入念にチェックした上で請求・支払い業務を行う職員に引き継ぐ。

仕事で一番気を使っているのは就業報告書の金額計算に間違いがないかどうか。月末・月初に何百枚と集中する就業報告書の配分金や機材の経費、使用した消毒剤等の経費を一件一件チェックする。同じ現場で複数会員が就業した場合は全員分が揃うまで保留する。

次に、三脚の配送依頼で大中小の3種類ある三脚の数量間違いや記入漏れがないかどうか、依頼が少ない脚立を忘れていないかなどに気を配っている。そのほか、現場が空き家の場合は依頼主に機材の置き場所等の了解を取っているかを担当する会員に確認し、台帳に記入している。

東さんは68歳まで勤めた金融機関を退職した後、公的年金関係の機構で2年間の相談業務を経て、昨年4月から新たな就職活動をしている時に千葉市シルバーの存在を知り、5月に入会した。しかし、その後も希望する仕事がなく「教育（今日行く）と教養（今日用）」の必要性を痛感して悶々としている時に、センターの受注案内に載っていたこの仕事に応募し、9月から採用された。「シルバーセンターには様々な仕事があり、世の中に役立つ仕事をされているとつくづく思います。元氣なシルバー会員に刺激をもらっています」と東さん。これからも「心身の健康維持のために呑み代くらいは稼ぐ仕事を続けていきたい」といっている。

# 各種講習会・研修会について

## 刃物砥ぎ講習会

開催日：9月29日（木）  
 当センター2階会議室にて、刃物砥ぎ講習会を開催し、10名の参加がありました。  
 包丁・砥石の種類について学び、砥ぎの実演・実習を行いました。



ご好評により2回目の開催を予定します!!  
 詳細は『令和5年1月号事務局だより』をご覧ください。

## お掃除講習会

開催日：11月17日（木）実施  
 当センター2階会議室にて、お掃除講習会を開催し、男女20名の方が参加しました。  
 ハウスクリーニングの基本、汚れの説明と解説、使用道具と洗剤について学びました。



作業内容によって  
 色々な手順・方法があります!



女性会員企画開催

スキンケア教室

開催日：10月25日（火） 11月4日（金）  
10月31日（月） 11月16日（水）

センター2階会議室にて、若返りスキンケア教室を開催しました。

女性会員の皆様が仕事だけではなく交流する場として、また一般の方にシルバーを知ってもらうため、女性会員たちが月1回程度集まって話し合いを重ね、初めて開催したイベントです。

千葉県ヤクルト販売(株)の化粧品部の方を講師として招き、マスクをしたまま手肌をつかって正しいスキンケアを学びました。

「すぐに実践できそうな説明でよかった」「また参加してみたい！」と大変好評でした。

終わった後も参加者同士の会話が弾んでいました。

今後もイベントの開催を予定していますので、ぜひご参加下さい！



会員・一般の方を含めて合計29名の方に参加いただきました。

会員の広場

矢野裕子 会員



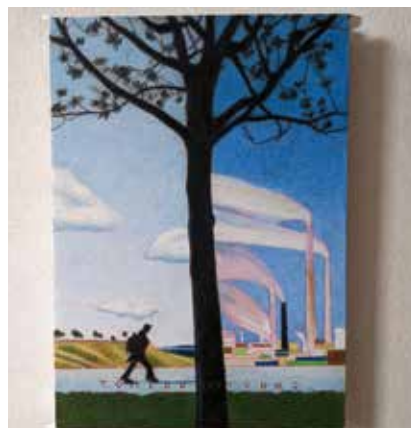
「お休みなさい」



「いらっしゃいませ」



「聖母」



「人類の旅」

環境問題とロシアのウクライナ侵攻への停止を求めて



# 花見川河岸

梶勝 会員

## 「太陽が昇る」

光琳でない光琳  
音律でない音律  
河の水面に散る  
この清明な距離の  
器に散る  
深く深く…散る

思考は翔き ささめく  
かすかに…かすかに…さ  
さめく

光よ！僕の光よ

祈りを視る  
祈りを訊く  
今。天空の時刻  
溶けて  
言葉は溶けて 沈む  
遠く 遠く 沈む

大地が覚醒するつばやき  
その風景を巡ぐる 白と黒  
あるいは較差のきらめき  
濃く…深く…  
予知の楽曲に染まり  
今。輻色の気球達が跳んだ

…跳んだ…

太陽が昇る

風でない風

声でない声  
森の樹間にたゆたう  
この清明な質量の  
時空にたゆたう  
静かに…静かに…たゆたう

祈りを紡ぐ  
祈りを織る  
今。黎明の時刻  
翔き



## 「駆ける」

## 「残照」

駆ける北風が駆ける  
銀の鞭を奮って

この青く深い空

透明なガラスの器の広がり  
共鳴する風神の叫び声

駆ける北風が駆ける

氷色の剣を奮って

北風が駆ける

色彩の無い水面を駆ける

泡立つ漣の群達

一様に古のお伽噺の

語り部となる

駆ける北風が駆ける

一心不乱に動ける

振り返るゆとりも見せず

凍つてく

この冬の風景の中を

駆ける駆ける駆け抜ける

滲む

水面が滲む

光が滲む

風が滲む

遠く近くに滲む

空が赤く染まる

鳥達が姿を消した

人影も杜絶た

漁船が一艘帰港する

…漣を立てながら…

歪む

水面が歪む

光が歪む

風が歪む

遠く近く歪む

夕陽は西の空に…

居座ったまま

ほう！

残照の赤い炎燃えている

燃えている…

早川武夫 会員



「小春日和」



「果物」

令和四年九月  
Takeo.H



「カルガモ」



「お化け煙突」



「八千代 村上公園」



「はなざかり」

### あとがき

新年、明けましておめでとうございます。会員の皆様には、健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。季節の変わり目とともに新型コロナの影響についても変遷いたしますが、継続した感染予防対策を行い、体調には充分お気を付けてお過ごしください。

本年も皆様が穏やかに過ごせますように、何卒よろしく願い申し上げます。

**Twitter（ツイッター）と  
Facebook（フェイスブック）をやっています。**

「各種講習会・研修会」や日々の出来事などを中心に投稿していますので、是非ご覧ください。

ホームページ  
QRコード



Twitter  
QRコード



Facebook  
QRコード



表紙の題字「あゆみ」は、毛筆班 鳥羽正子 会員の書となります。