

シルバーだより

# あゆみ



No.63  
令和6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



働くよろこびと  
社会参加



## 新年のあいさつ



稲生 理事長

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

昨年は猛暑等により、非常に厳しい環境の中での仕事が続きました。が、会員皆様方の仕事に対する熱意に對しまして、深く感謝と敬意の意を表する次第でございます。

さて、センターでは、「第4次基本計画（令和5年度～7年度）」に基づく取り組みを進めておりますが、この計画には各年度の目標値も掲げてあります。1年目の途中ですが、新型コロナウイルスからの回復状況も見えてきておりますので、主な目標値（令和5年度末）に対する現状（令和5年9月末現在）をお知らせいたします。

会員数は、2,175人（目標値2,050人）、うち女性会員は、701人（目標値580人）  
契約金額（受託・請負）は、約4

億5千9百万円（目標値8億7千万円、※半年で年間目標値の52・8%となっており、このまま推移すれば100%超の見込み）

傷害事故は、就業中3件・就業途上4件（目標値5件・2件）、賠償事故は、5件（目標値6件）

会員数や契約金額の増などは、会員皆様方の多大なるご尽力の賜物であり、重ねて感謝申し上げます。

一方で、傷害事故件数の増加傾向は、非常に懸念されます。事故の原因等は様々ですが、自宅を出る前や就業前など、「安全は行動前の一呼吸」を頭の中でも繰り返しいただきたいと思います。

さらに、厳しい環境下での安全就業のためには、一層の健康管理が求められます。私はこれまでに、「健康の自助、共助」と勝手に申し上げます。無理をせず、ご自身の健康を気遣うことは勿論のこと、ご家族や同僚の方などのちよつとした変化に気付いたら、声掛けをしていただくことで、体調変化の早期発見につながる可能性があります。ご自身も、周りの方々も、共に健康で安全な仕事を通じて、この一年を元気に過ごして参りましょう。

結びとなりましたが、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会員の皆様、明けましておめでとうございます。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、シルバー事業を推進いただくとともに、市政全般にわたり多大なるご理解とご協力をいただいております。と、厚く御礼を申し上げます。

人口減少や少子高齢化が進展し、人生100年時代を迎えた今、誰もが生涯現役で活躍できる社会の実現が求められています。このような中で、シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供することなどにより、高齢者の社会参加を促進し、高齢者の生きがいの充実、健康の保持増進、ひいては地域社会の活性化などに貢献しております。貴センターの果たす役割はますます重要なものとなっております。

ます重要なものとなっております。

本市では、今年度から中長期的な市政運営の基本方針である「千葉市基本計画」がスタートしております。「みんながいきいきと、健やかに安心して暮らせるまちの実現」を目指し、高齢者の社会参画に係る支援体制の充実のほか、学びを生活や地域・社会に生かせる学習機会の提供など、生涯にわたって元気でいきいきと活躍できる環境の整備を進めてまいります。

皆様方がこれまで培ってこられた豊かな知識や経験・技能等を活かして地域の中でさらにご活躍いただけることを願い、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、より一層のご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、貴センターのますますのご発展と会員皆様のご健勝・ご多幸を祈念して、年頭の挨拶といたします。



山田 晴久

あけましておめでとございます。  
ます。

顧みれば当シルバー人材センター・パソコン班に入会して丁度二十年目、現役で働いていた期間の約半分にも相当します。その間、パソコン授業を介して様々な出会いがありました。学習に来られる方はどういった方だろうか、満足して頂けたかどうか等々緊張感があります。受講生の御要望・目的に応えられた時が一番の喜びです。対話を通じて学ぶことも多々あり生活のヒントや元気を頂くこともあります。当所はそういった機会を提供して頂ける場でもあると思います。パソコンやスマホの世界は日進月歩ですが、色々な機

能を少しでも取り込むことが出来れば生き方の活性化にもつながります。これからも健康な限り続けて行くことと思っています。

健康面では在籍中に二度も肝臓癌の手術をしました。この十年間は頂いた命です。「当たり前の健康」はたやすくは得られません。日々留意して行きたいものです。



岡田 龍一郎

新年おめでとございます。自身としてはこれ以上歳を重ねたくないの、めでたくないのですが新たな年を迎えられたことは喜ばしい事なのでしょう。

シルバー人材センターに十年ほど前に登録。この五年近くをセンターの非常勤職員として機材運搬業務（植木班の会員の方が使用する三脚の貸し出し運搬）に従事。

市内の至る所へ車を走らせています。ひとつ気が付いた事で

すが、以前は活気があったエリアが、残念なことに通行人の多くがお年を召された方が多く少し寂しい気がします。

ただ、庭木剪定に従事しておられる会員の方々の多くと、また、機会があつて清掃業務に携わっておられる会員の方々の仕事の様子を見る機会があるので、多くの方が明るく元気に作業に励んでおられます。

多くの方が私より人生の先輩であり自分自身もこれからも頑張らなくてはならないと思った次第です。

この稿をご覧になっておられる方は心身共に健康であると思います。今後も引き続き健康に留意され充実した毎日を送っていただきたいと願います。



鷺北 広江

明けましておめでとございます。

十三年前、岡山県倉敷市より

千葉に来てすぐにシルバー人材センターに登録し、センターで受付業務をさせていただきました。その後一昨年より安心電話班で就業中です。

千葉市高齢福祉課より受託の安心電話業務は、相手の顔が見えない仕事ゆえ特に言葉には気をつかいます。話し好きな方、無口な方・・・申請者はお一人ずつ心身共に健康面も違い、個々に合わせた対応が必要です。スタッフ五人で日々安否及び健康状態確認の電話業務をしています。

シルバー人材センターのスローガン「働くよるこびと社会参加」この通り楽しく仕事させていただいております。

私個人は今、変形性股関節症になり、リハビリしながら、通勤には杖の力を借りています。

趣味であるパークゴルフや、美味しい物食べ歩きなど、まだまだやりたい事沢山です。

あと何度、年女来るかしら？

# 普及啓発促進月間の活動風景

## 花見川区民まつり・若葉区民まつりに参加

花島公園で開催された花見川区民まつりには役職員9名、東京情報大学で開催された若葉区民まつりには役職員11名が参加して、チラシや普及啓発物品の保存バッグの配布をし、シルバーのPR活動

を行いました。  
4年ぶりに開催された区民まつりのブースには多くの来場者が訪れ、就業風景写真等のパネル展示にも関心を持たれていました。

## ボランティア清掃活動

地域住民の方への感謝を込めて、シルバー人材センター末広事務所周辺の清掃を行いました。20名の参加者が集まり、3方面に分かれて、活動を開始しました。各自大量のゴミを集めて戻ってきて、充実した清掃活動となりました。  
実施日：10月18日（水）



花見川区民まつり 10月22日(日)



若葉区民まつり 11月5日(日)



# 安全適正就業について

## 事故発生報告

(4月～12月分より一部抜粋)

### 賠償事故

- 刈払機を使用した除草作業中、石を飛ばして駐車中の自動車の窓ガラスを破損させた。

- 20台程の買物カートを整理中、コントロールができず、来店のお客様に接触し、怪我をさせた。

### 傷害事故

- 就業先にバイクで向かう途上、右車線を走行中の軽四輪車が急に車線変更してきたため、衝突を避けようとして歩道の縁石に接触、転倒し怪我をした。

- 除草作業中、巢の存在に気が付かず、アシナガバチに刺され、右膝が腫れあがった。

就業に向かう途上や帰り道の事故にも気を付けましょう!



事故が発生したら、必ず事務局へ連絡を!

|      | 令和4年度 | 令和5年度 | 差異 |
|------|-------|-------|----|
| 賠償事故 | 12    | 5     | -7 |
| 傷害事故 | 9     | 8     | -1 |
| 合計   | 21    | 13    | -8 |

# 事業実績について(4月～11月)

## <実績>

|      |                          |                                      |
|------|--------------------------|--------------------------------------|
| 受託事業 | 13,777件<br>(前年度同月比+391件) | 629,193,983円<br>(前年度同月比+25,173,691円) |
| 派遣事業 | 368件<br>(前年度同月比+80件)     | 75,934,871円<br>(前年度同月比+13,724,224円)  |

※令和5年4月から11月の事業実績は、前年度比約4.16%増となりました。

派遣事業実績については、前年度比約20%増となりました。

## <会員数>

|   |        |   |      |    |        |
|---|--------|---|------|----|--------|
| 男 | 1,487人 | 女 | 715人 | 合計 | 2,202人 |
|---|--------|---|------|----|--------|



## 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会員を紹介します。取材は坂本尚登会員にお願いしました。

### ■異郷の地で新たな友人を求めて病院の調理場で日々汗を流す

今回は、中央区千葉寺にある中村古峽記念病院で食器洗浄と調理補助に従事する永通男ながみちおさんの働きぶりを紹介する。

永さんは昭和26年生まれの72歳。30歳の時から40年間、鹿児島徳之島で肉と鮮魚を主とする食料品店を営んできたが、奥さんの健康を心配した娘さん達の強い勧めで一昨年の7月から千葉市の長女宅に夫婦で身を寄せている。こちらに来てからは悠々自適の毎日を送っていたが、徐々に知らない土地で友人がいない寂しさを感じるようになり、娘さんの勧めで近くの千葉市シルバーに入会、受入会、受注案内を見て自宅から歩いて3、4



永通男さん

分の今の職場で昨年5月から働いている。

最初は、朝の8時から10時までの2時間、朝食後の食器洗浄と乾燥の請負業務に就いた。病院の入院患者と職員、合計200人から300人分の食器が職員によって種類ごとに分けられ、それを永さんともう一人のシルバー会員が湯を入れた3台のシンクに浸した後、手洗いで食器洗浄機に入れ、反対側の出口から出てきた食器を乾燥機に移し入れたところで作業は終わる。

この仕事を3カ月続けたところで調理部門の責任者から、12時までの時間延長と調理補助の追加を要請された。永さんからその話を聞いたセンター事務局は、新たな仕事は病院職員の指揮命令が発生することから、契約を請負から派遣に切り替えることを条件に受け入れた。

派遣に切り替わった8月から勤務は、8時から10時までは今まで通りだが、10時になると別棟にある老人介護施設と保育所（職員の乳幼児を預かる事業所内保育所）の食器洗浄と調理

補助に従事する。いずれの施設も小規模で、調理は一人が行い、食器洗浄や調理補助も交代で一人が当たる。

調理補助は、調理人が使い終わったボールやバットなどの容器、包丁やまな板などの器具を素早く洗浄・乾燥させ、すぐに次の調理にとりかかれるようにする。調理が終わると、調理人の指示に従って料理を皿に盛りつけたり、トレイに並べたりする。

ひと月の勤務日数は、仕事を始めた当初の5、6月は8日ほどであったが、徐々に増え、取材した日の前月の10月は13日となっていた。勤務日は、前月の15日に休みたい日の希望を出し、前月末に当月のシフト表が出て確定する。永さんは千葉県内に住む3人のお孫さんのピアノ発表会やスポーツの大会で休みを取ることが多いそうだ。

派遣に変わってから勤務時間が増え、仕事の内容も多岐にわたるようになり、しかも休憩なしで4時間立ちっぱなしと聞く、高齢者にはきつい仕事のようだ。「忙しいが慣れた。徳之島で商売をしていた当時に戻っ

たようで、体もしゃきっとして気持ちが良い」と永さん。

今の目標は、限られた時間の中で決まった数の食事を作る流れがスムーズに動くよう、自分の役割をきちんと果たすこと。例えば、調理道具を素早く洗って何度でも使ってもらい、調理人の仕事がかどるようになることにやりがいを感じている。本来の目的である友人作りも「同年配や少し上の方が何名かいる職場で、友達が5、6人できた」という。

徳之島では80歳まで働くつもりだったという永さん、職場は変わってもその目標は変わらないだろうと確信させるお話しぶりでした。



永さんの就業中の様子

## 各種講習会・研修会について

### 賞状書き講習会

**開催日**  
 (第1回) 8月25日(金) / 参加者17名  
 8月30日(水) / 参加者16名  
 (第2回) 11月6日(月) / 参加者8名



当センター2階大会議室にて、賞状書きの技術向上に向けて、卒業証書や表彰状の書き込みについて学びました。検定の結果、第1回は14名、第2回は3名の方が毛筆班として就業可能となりました。

### フラワーアレンジメント講習会

**開催日**  
 11月16日(木) / 参加者…10名



当センター2階大会議室にて、講師の方を招き、アーティフィシャルフラワーで作るお正月飾りの講習を行いました。彩り鮮やかな飾りつけが出来上がり、華やかなお正月になりました。



## 女性活躍推進①



12月7日(木)にハーモニープラザ料理室でサンドウィッチ講習を開催しました。2名1組となり、副理事長の指導のもと、計3種類のサンドウィッチを作りました。別々にお仕事している方、未就業の方、お互いに普段接することがない会員同士、最初は表情が硬かった方も、実習中は自然と笑顔になり、終始笑顔の絶えない講習会となりました。





## 女性活躍推進②



10月5日（木）に花王のスタッフをお迎えして、ヘアケア講座を開催しました。  
 前半は、髪と頭皮の基礎知識からスタート！！  
 正しい髪の洗い方や、頭皮マッサージ方法について、実践方式で楽しく学びました。  
 後半はヘアカラーについて、白髪染めの種類や特徴を学ぶとともに、スマートフォンを利用した髪色診断を行いました。  
 アプリをダウンロードし、カメラを覗くと…なんと瞬時に似合う髪色を選んでくれます。  
 これにはみなさんビックリ！！  
 終始和やかに「ヘアケア」について楽しく学ぶ事が出来ました。



みんなで頭皮マッサージ



全員で記念撮影



宿松 洋次 『この絵が、僕なの？』



矢野 裕子 『白竜』



早川 武夫 『里の秋』

会  
員  
の  
広  
場

# シルバー人材センター料金表

電話 043-265-0070



| 業 務         | 内 容  | 料 金 の 目 安   |
|-------------|--|---|
| 植木剪定        | 植木全般の剪定、刈込。<br>(高さ3.5mの植木まで)<br>樹木の伐採や根の掘り出しは行っていません。<br>*時期によってはお待たせする場合があります。                                | 1人 7,000円～8,000円 (4時間)<br>*最低4時間分から 以後1時間毎  |
| 除草          | 手作業<br>機械<br>*時期によってはお待たせする場合があります。  | 手作業 1人 3,000円 (2時間)<br>機 械 1人 5,000円 (2時間)<br>*最低2時間分から 以後1時間毎  |
| 障子・網戸・襖張り替え | センター作業場にて洗浄・張り替え。<br>障子張り 一種類のみです。<br>網戸張り 一種類のみです。<br>襖張替え 見本帳をご覧になりたい方は、お申し付けください。<br>*時期によってはお待たせする場合があります。 | 障子 (1枚)<br>並巾 1,400円 半障子 1,100円 欄間 850円<br>網戸 (1枚)<br>並 1,800円 半 1,400円 小 1,100円<br>襖 (1枚)<br>片面 2,850円～ 両面 4,750円～ *紙の種類によって異なる<br>※いずれも1受注につき別途経費500円   |
| 大工仕事        | 波板補修、階段の手すり取り付け、棚などの作製。<br>塗装・左官等お問い合わせください。<br>*時期によってはお待たせする場合があります。   | 5,400円 (2時間) ※材料費は別途。<br>*最低2時間分から 以後30分毎   |
| 家事援助サービス    | 家庭内の掃除、洗濯や通院などのサポート。   | 掃除・洗濯・買い物 2,416円 (2時間)<br>食事の支度 2,702円 (2時間)<br>通院・院内介助 2,416円 (2時間)<br>*最低2時間分から 以後30分毎<br>*いずれも交通費実費  |
| 生活援助型訪問サービス | 要支援認定をお持ちの方に対して、掃除、洗濯、調理、買い物等の生活支援を1時間程度行う介護保険サービス。ご利用については担当のケアマネジャーさんにご相談ください。                               | 市で定められた介護保険サービスにかかる所定の金額から利用者様の所得に応じ、1割～3割の間でご負担いただきます。<br>例) 毎週1回のご利用で1割負担の方の場合、1回290円弱×4週 1ヶ月1,200円ほど   |
| ワンコイン       | 一般家庭ゴミのゴミ出し、花木の水やりなど30分以内で出来るお仕事。  | 1回500円  |
| 空き家管理       | 空き家の現状確認 (見回り)<br>建物の概観、破損等の確認<br>雑草・庭木の状況等の確認<br>不法侵入、不法投棄がないか確認<br>写真撮影、報告書作成                                | 1回につき2,800円 (事務費、消費税込み)<br>オプション (無料でお見積もり致します。)<br>除草 12,000円/日<br>清掃等 (掃き掃除等) 7,800円/日<br>植木の剪定 16,000円/日   |
| 筆耕          | 賞状、感謝状、卒業 (卒園) 証書、招待状・結婚式案内状の宛名、手紙の代筆など。<br>*時期によってはお待たせする場合があります。   | 賞状書き 全文3,691円/枚、氏名 (一行) 167円/枚<br>毛筆宛名書き (住所+氏名) 222円/枚<br>硬筆宛名書き (住所+氏名) 176円/枚  |
| パソコン教室      | 場 所：千葉市シルバー人材センター内2F<br>開講日：月曜～金曜日 10：00～16：00<br>対 象：パソコン初心者から経験者<br>内 容：ワード・エクセル・インターネット・デジカメ                | 受講料：800円 (1時間) テキスト代別途<br>*利用は2時間から   |
| 学習教室        | 小・中学校の児童・生徒を対象に、基礎教育の補習指導教室『学習教室』を市内3ヶ所 (末広教室、真砂教室、おゆみ野教室) で実施。  | 小学3年～6年 算数・国語 各60分<br>月謝2,700円/教科・月4回 (別途 テキスト代+保険料)<br>小学5年～6年 英語 60分 *末広教室のみ<br>月謝2,700円/教科・月4回 (別途 テキスト代+保険料)<br>中学1年～3年 数学・英語 各90分<br>月謝3,700円/教科・月4回 (別途 テキスト代+保険料)<br>※教材費及び保険料は改定となる場合があります。 |
| 刃物研ぎ        | 文化包丁、出刃包丁、事務所まで持参  | 1本 660円 (さび取り 欠け研ぎ 110円)  |

60歳以上の皆様へ

# 会員募集中

あなたの豊かな知識や経験を  
活かしてみませんか

**家事援助** **育児支援** **理容美容** の **経験者歓迎!!**

**会員に提供する主な仕事**

- 駐輪場管理 ●商品補充 ●マンション・アパートの共用部清掃 ●除草
- カート・かご回収整理 ●植木剪定 ●襖・障子張り ●大工・塗装 ●封入
- 家事援助サービス ●子育て支援 ●理容サービス ●一般事務
- ワンコインサービス ●毛筆・筆耕 ●学習指導 ●パソコン教室 などの『臨時的・短期的または軽易な業務』

公益社団法人  
千葉市シルバー人材センター  
☎043-265-0070

〒260-0843 千葉市中央区末広3-17-15

FAX 043-265-0048

メール chibasc@sjc.ne.jp

千葉市シルバー

## あしがき .....

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様のおかげで今年も新たな年を迎えることができました。

昨年は円安や物価高騰による影響を多くの方が受けたことかと思えます。一方で新型コロナが落ち着いてきたことで、旅行やイベント、趣味活動の活気がようやく戻ってきたように感じます。

新しい年が皆様にとって良い年になりますように、本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

## X (エックス) 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



X



Facebook



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。