



しるばあば

女性会員
特集号

シルバー人材センターの「しるばー」とおばあちゃんの愛称「ばあば」の
2つの言葉を掛け合わせて「しるばあば」が生まれました。

令和5年3月発行



【写真】 燕市シルバー人材センターの女性委員会のメンバー

CONTENTS (主な目次)

- 輝く大人女子 ～女性委員会～ P1
- ワークライフバランス P2.3
- 私たちがシルバー人材センターを選んだ5つの理由 P4
- 女性限定入会説明会の日程・改修工事に伴う移転のお知らせ P4

輝く大人女子 ～女性委員会～

女性委員会は、10名の委員で構成されています。

男女平等が定着している今、女性ならではの目線・気配り・心遣いで高齢女性の活動をサポートし、女性会員の拡大だけではなく「生きがい」「魅力」「友人と働き・楽しむ」など、女性を応援できるセンターを目的としています。

シルバー人材センター＝男性というイメージが強いなか、60歳から89歳までの元気な女性会員223名が登録しています。

家事や介護、孫の世話をうまく使って、家事援助や保育補助などのいろんな分野で活躍しています。

昨年度は、あらゆる場面で女性が存分に能力を発揮して活躍できるような社会環境の現実を目指す「つばめ輝く女性表彰 2021」で、シルバー人材センターで27年間就業している会員が「つばめ輝く女性賞」を受賞し、更には女性が活躍しやすい環境づくりに積極的に取り組んでいる団体として、当センターが「つばめ輝く女性応援賞」を受賞するほか、「しるばあば」を全戸配布し、生きがいをもって活動している女性会員の様子を紹介するなど、女性が参加しやすい環境を整えています。

また、新たな分野で女性が活躍できるように、掃除、保育、介護など、女性でも無理なく就業できる各種講習会を開催し、未経験の会員でも自信がつき、新しい分野へチャレンジできるようバックアップしているので、安心して就業できます。

シルバー人材センターの名称は知っていても、活動内容までは知らない人がたくさんいますので、新たな手法によるPRを心掛け、一人でも多くの「輝く大人女子」が仲間入りしてくれることを願っています。

シルバーに入会して2年目の
浮蓮会員です☆

Q:どんなお仕事ををしていますか？

A:よしだ保育園で保育補助をしています。

Q:シルバーに入会したきっかけを教えてください

A:シルバーの保育補助講習会のチラシを見て「私にも
できるかな?」と思い申し込みました。

Q:シルバーに入会して良かった事を教えてください

A:大好きな子供たちに囲まれて就業をすることで癒さ
れますし、生活のリズ
ムが整います。



Q:これからの目標を教え
てください

A:健康に気を付けなが
ら、できるだけ長く就
業を続けて行けるよう
にしたいです。

シルバーに入会して2年目の
田中会員です☆

Q:どんなお仕事ををしていますか？

A:月～金の8時から12時まで柄沢ヤスリ様で梱包作業
をしています。

Q:シルバーに入会したきっかけを教えてください

A:退職後、半年ほど自宅に居ましたが「このままじゃダメ
だ!」と思い、老化防止の為に入会説明会に行きました。

Q:シルバーに入会して良かった事を教えてください

A:生活にメリハリがつくことで、毎日が頑張れま
す。休日をどう楽しもうかと考えるのも楽しみです。

Q:これからの目標を教
えてください

A:お仕事のミスがなく
し長く続けたいと思
います。個人の目標と
しては、国内旅行は沖
縄以外には行ったの
でまずは沖縄に行っ
てから海外旅行に行
きたいです。



しるは
ワークライ
仕事と日常生

4月

里山トレッキング



山頂に到着。会の皆さんと親睦を深め、楽し
く活動しています。

標高313m気軽に
登れる国上山。里
山トレッキングの会
では、4月下旬に山
開きが行われた後
に登山開始。新緑
の香りや鳥のさえず
りを聞きながら、



5月

ウォーキング



参加者43名でいい汗をかきました。

今回は大河津分水
通水100年記念で
分水さくら公園を
スタートし可動堰
を通り寺泊方面に
向かいました。
天気も良く楽しく
お話をしながら参

6月

絵手紙講習会



絵手紙講習会に
はじめて参加しまし
た。じっくり集中して作品を
仕上げる中で、ほどよい緊張感や疲労感を味わうことができ、リフレッシュできました。作品は、思ったより良い仕上がりに満足しています。[参加者の感想]



9月

出前講座



今回の出前講座は「フードロス」について学びました。日本の一般家庭の食品ロスが年間276万トンも発生し、1人あたりにすると、毎日おにぎり1~2個分を捨てていることに驚きました。これを機会に「もったいない」を意識して、身近にできることから実施しようと思います。

ばあば フバランス

生活の調和

10月

クリーンデー



「おいらんど中」が開催される大河津分水堤防でのクリーンデーが行われました。参加された皆さんはゴミ袋を持ち、空き缶

やゴミなどの収集。意外とゴミが少なく、会員同士が和気あいあいと会話しながらのボランティア活動でした。



10月

親睦旅行



コロナ禍の影響により、3年ぶりの親睦旅行に参加しました。旅先は富山県。世界遺産で有名な五箇山集落や国宝瑞龍寺を見学し、夜には

皆さん大好きな「カラオケ」を大熱唱しました。やはり、皆さんと久しぶりにお会いできたことが何よりも喜びの二日間の旅でした。[参加者の感想]

11月

ペン字講習会



はじめて開催された「ペン字講習会」に参加しました。字の上手さは絵の上手さのようにセンスだと思い、自分の下手な字は諦めて

いましたが、今回の講習会で、字はきちんとした書き方によって、美しく書けるということがよく分かりました。自分の名前と住所はちょくちょく書くので、これだけでも上手に書けるよう頑張ります。[参加者の感想]

11月

小物づくり



毎年恒例の干支小物づくりに参加しました。今回で9回目の開催となりあと3回で十二支が揃います。作った干支をお友達にプレゼントするととても喜んでくれます。

[参加者の感想]

シルバーに入会して19年目の
佐藤会員です☆

Q:どんなお仕事をしていますか？

A:草取り作業をしています。

Q:シルバー会員を長く続けてこられた秘訣は何ですか？

A:草取りはグループで作業するので、人間関係が1番です。チームワークを大事にしてきたからこそ今があります。

Q:シルバー会員として今まで良かった事・楽しかった事をお聞かせください

A:信頼できる友達ができただけです。挨拶がきちんとできる人とは長く関係が続きます。

Q:未来の後輩会員へ一言お願いします

A:身体が1番大事です。自分の体力とよく相談して、シルバー会員にチャレンジしてください。



シルバーに入会して22年目の
前野会員です☆

Q:どんなお仕事をしていますか？

A:分水駅前公園の清掃作業をしています。

Q:シルバー会員を長く続けてこられた秘訣は何ですか？

A:年齢に合った就業ができるので、私らしく無理をせずに楽しめるからです。

Q:シルバー会員として今まで良かった事・楽しかった事をお聞かせください



A:たくさんの友達ができただけです。お客様に「ありがとう」と言ってもらえることが1番嬉しいです。

Q:未来の後輩会員へ一言お願いします

A:プライベートな時間と就業の時間のバランスがうまく取れ、生活にメリハリが出ます。本当に毎日が楽しいです。ぜひ、シルバーに入会してください。




私たちがシルバー人材センターを選んだ★5つの理由

<p>☆ 第1位 ☆</p> <p>新しいことにチャレンジしたい</p>  <p>異業種からのお仕事をする方がほとんどです!!各種講習会もありますので、チャレンジがしやすいです!!</p>	<p>☆ 第2位 ☆</p> <p>健康維持の為</p>  <p>働くことが適度な運動となり、健康維持や介護予防の効果を高めています。通院の回数が減ったというデータもあります!!</p>	<p>☆ 第3位 ☆</p> <p>家にいるのがもったいない</p>  <p>あなたの豊かな知識と経験を活かし、新たな生きがいを見つけることができます。お仕事やサークル活動を通じてお友達もできます!!</p>	<p>☆ 第4位 ☆</p> <p>年金+おこづかいがほしい</p>  <p>様々な組み合わせにより、月に10日程度の臨時的・短期的なお仕事、週に20時間を超えない軽易なお仕事をする事ができます!!</p>	<p>☆ 第5位 ☆</p> <p>住み慣れた地域で活動したい</p>  <p>地域に根ざしたセンターとして、活力ある地域づくりに貢献できるよう、会員一同元気に活動をしています!!</p>
--	--	---	---	---

女性会員はこんな就業をしています。

● スプーンの箱詰め	● 一般家庭清掃	● 荷造り	● 児童クラブ補助
● ジャンコード貼り	● 保育園清掃	● ポスティング	● 遺跡発掘調査
● 包装	● 企業内清掃	● 庭清掃	● 障害児支援補助
● 発送	● 会場設営	● 公園清掃	● 高齢者家事援助
● 障子・襖張り	● 縫製	● 皿洗い	● 草取り
● 筆耕	● 洋食器組立	● 調理補助	



女性限定 入会説明会

4月19日(水) 10時から11時30分

参加費 無料です

燕勤労者総合福祉センター 会議室

予約不要です

①DVD視聴・説明 ②質問タイム&茶話会

※お菓子・お茶付きです

*** 改修工事に伴う事務所の一時移転のお知らせ ***

燕勤労者総合福祉センターの改修工事のため、令和5年6月中旬から令和6年1月下旬までの期間、吉田産業会館へ事務所の一時移転をします。

ご不便をお掛けいたしますが、よろしくお願い申し上げます。

《入会方法》

①入会説明会に参加

燕市にお住まいで60歳以上の方 健康で、働く意欲がある方

シルバー人材センターの趣旨に賛同する方


②入会申込書を事務局に提出 ③理事長承認

④承認通知 ⑤会費納入

・年会費(2,000円)・友の会(1,000円)納入

↓

シルバー会員登録!!!



◎入会の申し込み・お問い合わせ◎

公益社団法人
燕市シルバー人材センター

〒959-1263 燕市大曲 3015 番地
(燕勤労者総合福祉センター内)

☎0256-64-2483

(祝日を除く月～金曜日 8:30～17:15)

<URL><https://webc.sjc.ne.jp/tsubame/>

燕市 シルバー

