

# ねんりん

題字：厚木市長 山口貴裕

発行元 公益社団法人  
厚木市シルバー人材センター  
所在・厚木市松枝 2-5-17  
TEL・046-224-9585  
FAX・046-222-8559  
E-mail・atsugisc@sjc.ne.jp  
https://webc.sjc.ne.jp/atsugisc



**入会  
説明会の  
お知らせ**

第2水曜日は厚木市生きがいセンター（詳細はセンターまで）  
第2木曜日はアミュあつぎ（あつぎ市民交流プラザ）で開催します  
WEB 入会説明会も始めました（詳細はセンターのホームページ参照）

地域の「支え手」「担い手」として、生涯現役社会の実現に向けて

シルバーは人の輪・知恵の輪・地域の輪

シルバーは親切・丁寧

**厚木シルバー会員大募集！** お知り合いの方を  
ご紹介ください

**家庭からの受注拡大！ 女性会員増強中！！**

**入会資格** 厚木市内在住の 60 歳以上で健康で働く意欲  
がありセンターの目的に賛同する方

入会説明会受講（毎月第2水曜日・木曜日）  
接遇研修会受講（毎月第3水曜日 午前10時）

入会申込書・承諾書・配分金振込口座届の提出  
理事長承認・年会費が必要です。

**入会手続  
会員登録**

個人・家庭からの仕事や、企業から  
の継続的な仕事の受注拡大を図っ  
ています。ご近所の方や以前勤務  
していた会社をご紹介します。

∞∞ **お引受けできる仕事** ∞∞

家事援助 高齢者介助 育児支援 除草・草刈  
植木剪定 襖・障子張替 修繕（大工・塗装）  
パソコン出張指導 宛名書き 屋内外軽作業など

情報をお待ちしています 046-224-9585 まで

# あいさつ



理事長  
三橋 正保

雨に映える紫陽花の花も美しい季節になりました。日頃からセンターの事業運営に御協力を賜りありがとうございます。

長いコロナ禍を乗り越え、経済活動を含めた諸活動も再開されました。センター事業も、本来の姿に戻りつつあり、これもひとえに会員の皆さまをはじめ、事業を支えてくださいます関係各位のおかげだと感謝しております。

このような状況の中で、令和6年11月にフリーランス新法が施行される予定です。会員の皆さまの活動も対象になり、新たな契約方式への移行が必要とされており、センターの機能も変わらなければならず、大きな転換期を迎えます。皆さまに御理解をいただき、この課題に取り組んでまいります。今後につきましても、将来に向けた展望をしっかりと持ちつつ、会員の皆さまに信頼していただけるセンター事業を展開してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

## 令和6年度 定時総会開催

6月3日、令和6年度定時総会が厚木市保健福祉センター6階ホールで開催されました。5件の報告が行われた後、議案3件が審議され、原案のとおり承認されました。

### 令和6年度 事業計画・ 収支予算

令和5年10月からインボイス制度が導入され、令和6年11月からフリーランス新法が施行される予定など、センターを取り巻く環境は大きく変化しています。

それらの状況を踏まえ、令和5年度から「第2次基本計画」（令和5年度から令和9年度）がスタートしました。

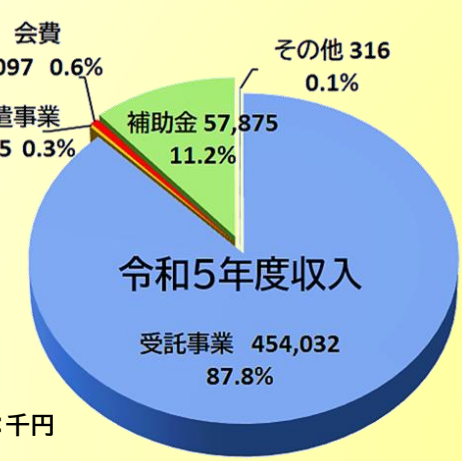
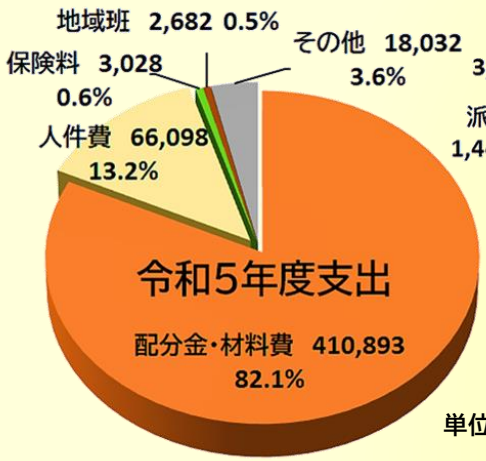
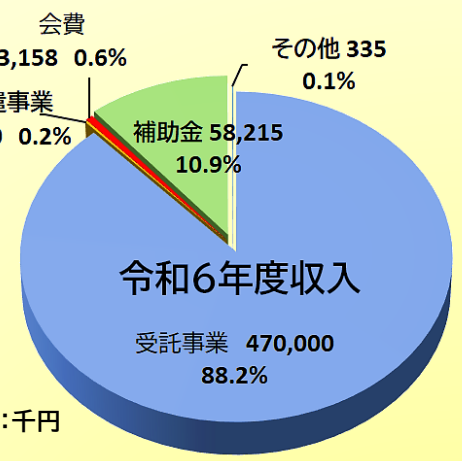
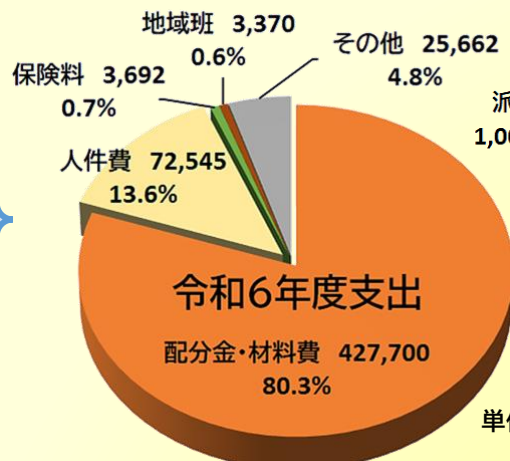
引き続き基本理念の下、会員の増強及び受注の拡大を軸に捉えた事業の展開を図ってまいります。

### 《事業計画目標》

- ① 会員数 1040人
- ② 契約金額 4億7千万円

### 令和5年度 事業報告・ 収支決算

令和5年度は、新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが5類へ移行するなど、少しずつ日常が戻り、また、長らく低迷が続いた賃金は大



企業平均で約30年ぶりの上昇率を記録するなど経済の潮目が変わってきました。こうした中、基本理念の下、「第2次基本計画」がスタートし、会員及び役職員が一体となって、会員増強及び受注拡大に取り組んだ結果、会員数は1023人(2.5%増)、契約金額は4億6914万円(2.9%増)となりました。

### 受賞者の思い出

### 受賞にあたって



安藤 譽士夫  
(関口)

今回の受賞は、もう 20 年経ったのかと思うとともに、色々振り返る良い機会にもなりました。

昭和 17 年に日本海で一番大きな島、新潟県の佐渡島に生まれ、15 歳で東京に出て縫製業に従事しましたが、繊維産業不況の波で離職し、昭和 50 年にいすゞ自動車藤沢工場に再就職して、60 歳の定年まで勤めました。

センターでの最初の仕事は厚木サテイ(現イオン厚木店)で、現在はロピア厚木店で就業しています。

その間、地域班長を務めるなど地域とセンターを繋ぐ事業に積極的に参加してきました。

日頃から趣味の家庭菜園やテニスで健康維持に努めつつも、このように、長く仕事ができてきている事は、地域班の皆さんや関係者の方々のおかげと感謝しています。

### 正会員表彰

正会員として継続して 20 年

(敬称略)

- 佐藤 喜造 (まつかげ台)
- 大西 信隆 (鳶尾)
- 籠島 敬雄 (七沢)
- 安藤 譽士夫 (関口)
- 小池 貢 (及川)
- 飯島 洋治 (南町)



令和 6 年度定時総会  
公益社団法人厚木市シルバー人材センター

後列左より 籠島様 安藤様 小池様 拝郷様  
前列左より 飯島様 清水 三橋 府川 多田様  
前副理事長 理事長 常務理事

### 役員表彰

役員として 3 期

(敬称略)

- 拝郷 芳樹 (毛利台)
- 多田 奈み江 (林)

### 退任役員

令和 6 年 6 月 3 日もつて  
退任された方々。

(敬称略)

- 副理事長 清水 節男
- 理事 鈴木 康則
- 理事 中嶋 廣美
- 理事 長尾 久美子
- 理事 多田 奈み江
- 理事 山田 たね子
- 監事 藤 晴雄

### 役員選任

役員の任期満了に伴い、15 名の理事と 2 名の監事が選任され、定時総会後の理事会にて新たに理事長、副理事長及び常務理事が決定しました。

### 新役員

(敬称略)

- 理事長 三橋 正義
  - 副理事長 佐藤 浩明
  - 常務理事 府川 信夫
  - 理事 神崎 桂一
  - 理事 伊藤 秀一
  - 理事 梅落 敬一
  - 理事 長谷川 敬一
  - 理事 遠藤 國男
  - 理事 拝郷 芳樹
  - 理事 小坂 宗利
  - 理事 黒田 宣行
  - 理事 渋谷 康人
  - 理事 高岡 正司
  - 理事 田中 節子
  - 理事 石井 治子
  - 理事 多田 奈み江
  - 監事 落合 清彦
- 任期は令和 6 年 6 月 3 日から  
令和 8 年度定時総会までです。

新役員の皆さん



職 種 班 長



除草 渋谷康人



管理 山下進朗



襖 鎌田康人



公民館管理 金子照雄



植木 佐藤義男

(敬称略)

任期：管理・公民館管理  
令和6年4月1日～令和8年3月31日  
任期：植木・除草・襖  
令和6年6月3日～令和8年度定時総会

地 域 班 長



愛甲 今村 均



荻野東 長島茂夫



睦合北 丸山利子



厚木北 三國清彦



相川 西海利夫



小鮎 遠藤國男



睦合南 三平 勝



厚木南 長谷川敬一



緑ヶ丘 井上 功



玉川 原田健司



睦合西 塩浦 誠



依知北 角 和久



森の里 瀬戸正健



南毛利 飯塚憲治



荻野北 寺戸誠治



依知南 古賀尚之

〔地域班長未定の地域〕  
荻野南・新班長は次号に掲載します

任期：令和6年4月1日～  
令和8年3月31日

(敬称略)

委員会紹介

改選による各委員会の新たな委員は、次の通りです。任期は地域活動委員会は令和6年4月1日～令和8年3月31日、他は令和6年6月3日～令和8年度定時総会です。≫内は活動内容

(敬称略)

★地域活動委員会 (16名)

≫地域に根差した活動と会員相互の親睦に関すること≫

- 三國 清彦 (松枝)
- 長谷川 敬一 (泉町)
- 角 和久 (上依知)
- 古賀 尚之 (下依知)
- 丸山 利子 (三田)
- 三平 勝 (妻田北)
- 塩浦 誠 (及川)
- 寺戸 誠治 (まつかげ台)
- 長島 茂夫 (鳶尾)
- 遠藤 國男 (飯山南)
- 原田 健司 (小野)
- 飯塚 憲治 (毛利台)
- 今村 均 (愛甲)
- 西海 利夫 (酒井)
- 井上 功 (緑ヶ丘)
- 瀬戸 正健 (森の里)

★広報委員会 (6名)

≫広報誌発行、HPの企画及び更新に関すること≫

- 清水 節男 (中依知)
- 畑田 英夫 (毛利台)
- 島澤 菊雄 (妻田西)
- 小泉 清 (妻田北)
- 緒方 純子 (田村町)
- 西 大義 (中町)

★安全管理委員会 (6名)

≫安全教育、事故防止

対策に関すること≫

- 黒田 宜行 (妻田西)
- 日高 直美 (森の里)
- 岡田 隆明 (三田)
- 柳井 博文 (愛名)
- 石井 治子 (温水西)
- 佐藤 末治 (長谷)

★総務・業務开拓委員会 (6名)

≫会員の増強、

受注の拡大に関すること≫

- 拝郷 芳樹 (毛利台)
- 小坂 宗利 (森の里)
- 下兼 操明子 (恩名)
- 古川 諒 (妻田東)
- 倉重 俊一 (鳶尾)
- 登尾 利夫 (妻田西)

# 安全 ニュース

会員の皆様には、日頃から安全・適正就業に御協力いただきありがとうございます。

## ○ 令和5年度事故状況

当センターの事故状況は、重篤事故1件、傷害事故7件、賠償事故（シルバー保険適用）5件、車両事故（センター車両保険適用）1件が発生しました。

重篤事故1件と傷害事故の内1件は、帰宅途中の自転車による交通事故で、1人は死亡事故、1人は大けがを負いました。

## ○ 自転車に乗る時はヘルメット着用

自転車による交通事故は大げがに繋がります。

令和5年4月から自転車利用者のヘルメットの着用が努力義務化されています。

誰でも自分は事故に巻き込まれないと思っているとしますが、もしもの時に備えて、自転車に乗る際には必ずヘルメットの着用をお願いします。

《厚木市では自転車ヘルメットの購入費助成（1個2千円迄）を行っています。詳細は厚木市のホームページをご覧ください。》

# 最優秀賞を受賞しました

忘れない ヒヤリで済んだあの時を

いつも心に安全確認

籠島 敬雄（七沢）さんが神奈川県シルバー人材センター連合会が募集する安全就業標語で最優秀賞を受賞しました。

# 女子の会 「さつき」

「さつき」はセンターの女性会員、及び、非会員（お友達、ご近所に住む方）からなるコーラスを楽しむ会です。65歳から80代の方々が参加しており、メンバーも増えてきています。



令和6年度定時総会にて

を大きく開き鼻濁音も意識しながらハッキリと美しい声でピアノに添わせて歌います。「若い頃の歌声に戻ってきた

「さつき」はセンターの女性会員、及び、非会員（お友達、ご近所に住む方）からなるコーラスを楽しむ会です。65歳から80代の方々が参加しており、メンバーも増えてきています。当間先生にご指導をいただきながら、①身体全体をほぐす体操（座つたままでもOK）②喉の筋力・表情筋アップ ③高い声を出す方法等を取り入れながら発声練習がスタート。課題曲では口を大きく開き鼻濁音も意識しながらハッキリと美しい声でピアノに添わせて歌います。「若い頃の歌声に戻ってきた

を感じがする」と皆様が仰っています。日頃から小さな声だけで話していると次第に喉の筋力、声帯も衰えてしまうとのこと。3月には公民館まつりに参加しました。「日頃の成果を発表することで、様々な気づきがあります。」と先生は仰います。今、課題曲「ハナミズキ」「荒城の月」にチャレンジしています。今後は会員の念願であるボランティア活動（施設訪問）も行っていきたいと思っています。歌を歌うことでドーパミンが溢れ心も豊かになるそうです。益々元気で日常生活もセンターのお仕事も楽しみましょう。是非一度レッスン風景をご覧ください。お待ちしております。

会長 長尾 久美子



研修会を実施しました。令和6年2月に、このアプリの登録方法や操作方法について1時間ほどの研修会を2回開催しました。参加者は合わせて34名でした。

アプリの設定に慣れていない方も経験者や事務局の助けを借りながら、完了する事が出来ました。研修会は今後も継続して実施します。

# スマイル トウ スマイル Smile to Smile 会員向け専用サイト

「スマイル トウ スマイル」とは自宅のパソコンやスマートフォンから「各自の配分金明細」、「センターからのお知らせ」、「就業情報の確認」等ができるサービスで、無料で利用できます。センターのホームページでも紹介しています。

静岡の歴史を学び、景観・グルメを楽しむ

# 会員研修視察

多くの会員の皆さんからの要望を受け、13年ぶりに「会員研修視察」が実施されました。

令和6年1月26日(金)に参加希望者全員の101人がバス3台で富士宮・清水方面へ向かい、雲ひとつない冬晴れの中、終日、富士山を見ながらの一日となりました。

色々と旅行に行かれていた皆さんですが、今回の訪問先は初めてという方が多く、好評でした。

今回の行事は、会員の皆さんの見聞を広げるとともに、親睦を図る良い機会となりました。

また、継続しての実施希望を多く頂きました。

## 【会員研修視察に参加しました。】

田中 節子さん  
(妻田西)

一月末の早朝集合にもかかわらず、101人でバス3台の旅でした。東名を走る車窓より、そびえる富士山に感動しきり。

まずは「富士山本宮浅間大社」へ、見事な富士山が見える神社で今まで行った浅間神社とは違う明るさを感じました。

次は「静岡県富士山世界遺産センター」です。スロープ状のコースで富士山の四季の映像を見ながら楽に見学できました。

酒蔵で見学と試飲を楽しみ、お昼は桜えびの料理に舌鼓、最後の清水魚市場では、買い物でみやげ袋が膨らむ場所でした。帰りの車中では、毎年でも嬉しいとの声が出ていました。



当日の富士山

### 行程

厚木中央公園

駿河湾沼津 SA

富士山本宮  
浅間大社

静岡県富士山  
世界遺産センター

富士高砂酒造

ゆい桜えび館

清水魚市場  
河岸の市

駿河湾沼津 SA

厚木中央公園



全国 1300 余の浅間神社の総本宮、本殿は徳川家康による造営です。「重文」



富士山本宮浅間大社

2013年に世界文化遺産に登録された富士山を多角的に紹介する施設です。



静岡県富士山世界遺産センター



富士山の良く見える屋上で、記念撮影。



景色の良い新東名・駿河湾沼津 SA で朝の休憩です。



富士高砂酒造

1820年創業の老舗酒蔵  
富士山の伏流水を使った山廃仕込みで酒を醸造しています。

見学が終わって  
お楽しみの試飲です。



麹室も見学です。



桜えびの「沖あがり御膳」



ゆい桜えび館



皆さんお土産はこちらでまとめ買いでした。  
静岡市清水区にある仲卸業者が35店舗集まる市場です。



清水魚市場 河岸の市

# 我が家の簡単レシピ

田上 明子さん

# レンジ簡単親子丼



|          |          |
|----------|----------|
| ◇材料(2人分) |          |
| ・ごはん丼ぶり  | 2杯(400g) |
| ・鶏もも肉    | 1枚(250g) |
| ・玉ねぎ     | 1個       |
| ・卵       | 2個       |
| ・のり      | 適量       |
| ◇調味料     |          |
| ・水       | 100cc    |
| ・和風だし顆粒  | 小さじ 1/3  |
| ・みりん     | 大さじ 2    |
| ・砂糖      | 小さじ 1    |
| ・しょうゆ    | 大さじ 2    |

＊作り方  
調理時間  
10分

- ① 鶏肉は 1.5cm (一口カット) に切る。玉ねぎは芯を取り薄切りにする。
  - ② ボウルに卵を割り、混ぜる。
  - ③ 耐熱容器に鶏肉、玉ねぎ、調味料を入れて混ぜる。ふんわりとラップをして 600W のレンジで鶏肉に完全に熱が通るまで 5分加熱する。
  - ④ ③の耐熱容器に溶き卵を入れ、ふんわりラップをして 600W のレンジで 2分加熱する。ラップをしたまま 1分程度蒸らす。
  - ⑤ 器にご飯を盛り、具材をのせて、のりをちらす。
- ◆卵の固さは、レンジの加熱時間によりお好みで調整して下さい。  
◆盛り付け具材は、のり以外にも三つ葉などお好みのものをお使いください。



## 写真投稿

## みんなの広場

岡田にお住いの長澤 昭さんの作品です。  
「田貫湖湖畔にて」(静岡県富士宮市)



### かなちゃん手形と厚木市シルバーチケットをお得に入手するには？

厚木市では当該年度内に 70 歳以上になる市民に、神奈中バスが割引になる「かなちゃん手形」の購入費用を助成しています。6 ～ 8 月発売の 1 年券 (定価 10,800 円) が 3,000 円で、12 ～ 2 月発売の 6 ヶ月券 (定価 5,900 円) が 2,000 円で、お得に購入できます。

購入手続きは、先ず福祉総合支援課に申請して助成券を入手、それから神奈中本厚木駅前サービスセンターで購入します。

バス降車時に手形を提示すると 100 円で神奈中バス全線に乗れます。対象者には 6 月中旬に市から連絡が届きますので、ご確認ください。

65 歳以上の市民が指定の市内保養施設等を利用する際に、料金を助成する厚木市シルバーチケットは福祉総合支援課、地区市民センター (公民館)、文化会館 (仮事務所) で申請します。詳しくは下記 QR コードから市のホームページをご覧ください。



### 令和 6 年度 神奈川県シルバー人材センター 連合会表彰・功労者表彰

厚木市シルバー人材センター役員として、長年にわたり連合会の事業発展に貢献し、その功績により、6 月 19 日に連合会より 3 名の方々表彰されました。

(敬称略)

- 清水 節男 (前副理事長)
- 長尾 久美子 (前理事)
- 山下 たね子 (前監事)

# 事業報告

○ 第2回地域班会議及び交通安全講習会  
2月1日(木)～2月20日(火)  
324人参加

○ 認知症サポーター養成講座  
10月2日(月) 24人参加

○ 会員研修視察(P6掲載)  
静岡県富士宮市方面  
1月26日(金) 101人参加

○ 第2回応急手当講習会  
2月27日(火) 10人参加

○ スマイルトウスマイル入門編  
2月28日(水)・2月29日(木)  
34人参加

## 理事会等報告

○ 令和6年度定時総会  
厚木市保健福祉センター  
6月3日(月)

出席者191人  
委任状539人  
○ 第5回理事会(令和5年度)  
1月17日(水)

審議事項  
「理事及び監事候補者の選出に関

する申し合わせ事項の一部改正」  
「職種班設置に関する要綱の一部改正」について承認されました。

### 報告事項

「理事長、副理事長及び常務理事の職務執行状況」「委員会進捗状況」「正会員入会申込者」について報告されました。

○ 第6回理事会(令和5年度)

3月26日(火)

### 審議事項

「令和6年度資金調達及び設備投資の見込み」「令和6年度役員賠償責任保険の加入」「令和6年度委員会実行計画」「令和6年度事業計画」「令和6年度収支予算」について承認されました。

### 報告事項

「正会員入会申込者」について報告されました。

○ 第1回理事会(令和6年度)  
5月1日(水)

### 審議事項

「令和5年度事業報告」「第2次基本計画令和5年度評価・検証」「令和5年度収支決算」「理事候補者の決定」「監事候補者の決定」「令和6年度定時総会」「表彰」について承認されました。

### 報告事項

「正会員入会申込者」について報告されました。

○ 第2回理事会(令和6年度)

6月3日(月)

### 審議事項

「理事長、副理事長及び常務理事の選定」について承認されました。

○ 令和5年度会計及び業務監査

4月26日(金)

令和5年度会計及び業務監査が実施されました。

### 会員数

・男性752人・女性256人  
合計1008人  
(令和6年5月31日現在)

## 事業の計画

○ 第1回地域班会議  
実施日 6月10日(月)

場所 公民館等

○ 第1回応急手当講習会

実施日 9月19日(木) 13時30分  
場所 所生きがいセンター  
内容 AEDによる救命講習  
募集人数 15人程度

### 一日奉仕の日

実施日 7月27日(土)  
場所 厚木中央公園  
内容 公園除草・清掃

○ シルバーの日

実施日 10月中  
場所 各地域班による  
内容 ボランティア活動

## 会費の納入について

令和6年度の年会費3千円は、6月末までに納入するものと定められています。就業会員の方は、6月分までの配分金から控除いたします。配分金明細書等でご確認下さい。なお、年会費が未納の方は、期日までに納入をお願いいたします。

### 編集後記

会員研修視察が1月に実施され、皆さん楽しまれました。会員の交流の輪が広がる意味でも好ましい行事です。そこで、今号では表紙と特別紙面で賑わいを伝えていきます。今年も暑さで悩まされそうですが、熱中症対策を万全に、夏を乗り切りましょう。