

# 通信 シルバー秩父

平成28年1月20日号

## 年頭のあいさつ

理事長 久喜邦康

(1月4日 於 福祉女性会館)

皆様、新年あけましておめでとうございます。シルバー人材センターの役員及び職員におかれましては、秩父市の福祉行政の推進のために、また、高齢者の雇用の場の確保にご尽力いただきまして、誠にありがとうございます。

おかげさまで27年はいろいろなことがありましたが、私としては素晴らしい一年を過ごすことができたと思っております。28年もシルバー人材センターにとりましても素晴らしい年が続くよう頑張る所存でございます。

秩父市におきましては、高齢者人口は増えていくことは現実であり、改めて様々な福祉行政の推進を図ってまいりたいと考えております。

その中で先日、NHKニュースで報道していただきましたように、豊島区と秩父市が介護施設を区域外に建設するという流れで展開しております。高野豊島区長さんも秩父市に大変関心を持っていただ

ている中で、まずは秩父版CCRCをあるところに、造っていいこうという動きをしています。

介護施設と言うと、直接的にはシルバー人材センターとは関係ないと思われませんが、先日、関口参議院議員と話した折、アクティブシニアをどのように活用していくかが国の流れとなつていくようでございます。このアクティブシニアこそがまさにシルバー人材センター事業と大いに関係しているところでございます。

例えば、豊島区の方々が移り住んだ場合、アクティブシニアとしての活動や、また、いろいろなところで人材的パイプを持っている方などの活躍によって、秩父の中で新たな展開が期待できるようにあります。

そこで秩父市と豊島区の福祉サービスをどう連携していくかということも重要になってまいります。これらの展開により、若い人たちまでも秩父に移り住んでいく、人口増が図られる、大きな要素を秘めたところがございます。

まず28年度にある程度土台を造つていき29年度に、それを形としていくことがこれからの秩父市の大きな行政上の事業の展開になつてまいります。

今、市役所、市民会館及び火葬場建設が順調に進んでいます。そ

ういう土台づくりを27年は行ってきたところでございますが、今度は新たなところで、高齢者の居場所づくり、アクティブシニアの活用というところが28年の新たな取り組みと考えております。

どうか皆様におかれまして、専門的な立場でございますので、いろいろな形でのご協力、ご支援をお願いいたします。

終わりに、ますますシルバー人材センターがこの一年素晴らしい活躍ができますことと、そして何よりも皆様、お一人おひとりが十分健康にご留意いただいて、シルバー活動にご尽力いただきますようお願い申し上げます。

皆様の28年のご活躍を心からご期待しながら、年頭にあたりましての私の思いとお願いのご挨拶といたします。

### 用語解説

CCRCとは・・・

「継続的ケア付きリタイアメントコミュニティ」の略。高齢者が自立して生活できるうちに入居して、社会活動に参加し、介護が必要になった場合も医療を受けながら暮らし続ける仕組み。

朝日新聞掲載「キーワード」の解説から



### 新会員紹介

次の方たちが新しく仲間になりました。宜しく願います。(敬称略)

- |     |        |         |
|-----|--------|---------|
| 十一月 | 松澤 常雄  | 小池 誠    |
|     | 岡 嘉男   | 勅使河原 満  |
|     | 長島 照男  | 柴岡 利夫   |
|     | 西 智慧子  | 四分一 美枝子 |
| 十二月 | 倉林 豊   | 関根 照男   |
|     | 根岸 美佐子 | 太幡 久人   |
|     | 古池 憲一  | 八木 美恵子  |
|     | 赤岩 通男  |         |

### 生きがい就業の介護予防効果に関する共同研究事業埼玉県中間報告概要

今回の定時総会時にご協力いただいた、健康生活アンケートの中間報告がダイヤ高齢社会研究財団からありましたので、その概要をお知らせします。

これによると、介護予防事業対象者への該当割合が、概ね会員の10%前後で、公表されている所在市町村の平均値の半分程度の割合で、会員の健康度の高さが確認されました。

どの年代でもシルバー会員の介護予防事業該当者は所在自治体値より低くなっており、特に

要介護のリスクが高くなる75歳以上では、その差が大きくなりました。

これはシルバー人材センターが介護予防に大きな役割を果たしている可能性を示すものと考えられます。

また、健康な会員と介護予防事業対象者との就業量には統計的な差が認められず、シルバー人材センターでは介護予防事業対象者のような虚弱な高齢者であつても、その体力に応じた仕事に就いていることが明らかになりました。

今後も引き続き、アンケート調査を継続的に行う予定です。で、ご協力をお願いします。

### グラウンドゴルフ会員募集

グラウンドゴルフ愛好会では、毎週水曜日に羊山グラウンドで練習しています。日頃の運動不足の解消に、また、会員同士の仲間づくりとして始めてみませんか。練習は毎週やっています。参加は都合のつく時でかまいません。

クラブ・ボールはなくても大丈夫です。

年会費 1000円

問合せ

グラウンドゴルフ愛好会

上林 靖男 ☎22 4497

### 親睦会

#### 一泊グラウンドゴルフ大会

初の試みとして、宿泊の大会を企画しました。奮ってご参加ください。

日時 3月16日(水)～17日(木)  
宿泊 フレンドシップ・ハイツ

よしみ(吉見町)

参加費 9000円 (一泊3

食費・大会費・宴会費等)

出発 福祉女性会館 10時

帰着 宿泊先9時出発

(会館10時30分到着予定)

申込締切 2月19日(金)

申込先 シルバー事務所

※貸しクラブ・ボール用意あり

#### 就業拡大・会員拡大について

少子高齢化が進む中、シルバー人材センターへの期待が高まっています。

地域の一員としてボランティア活動等の地域社会活動に積極的に参加して、地域の絆を強めることや、安全就業・適正就業を徹底して、生き生きと地域に貢献するとともに地域からの信頼を高めることが求められています。さらに、派遣事業を積極的に実践するなど多様な働き方の推進も求められています。

センターの安定的な事業運営を図るためには、特に「就業機

会の拡大」が急務になっていま

す。会員が働くこと自体が元気な高齢者の活動であり、社会貢献になっていきます。就業機会の拡大は、会員が活躍できる場の拡大、会員の拡大は仲間づくりにつながります。宣伝効果が比較的高いのが口コミによるものです。就業先、会合等でのPRをお願いします。

### 会員だより

#### 小さな挑戦

清川秀幸

「挑戦」と言つては少し大げさですが、昨年の夏、新しい体験をしました。それは市民ウォーキング教室に参加したことです。「今更、歩き方の指導を受けるのもなー、でも特にやることもないし、行ってみるか。」と、そんな不真面目な気持ちで申込みました。

教室は、「健康づくりはウォーキングで」をテーマに、生活習慣対策、ダイエット、老化防止策など様々な効果があること。そして、歩くとき、目線を下げない。おなかを軽く引き上げる。肩・腰・膝が一直線上にのり、「人」文字が歩くイメージで、

などの点を意識して歩くと、スタイルアップ・ヒップアップなどにも効果があり「美しい歩き方」になるとの話がありました。

ヘルスケアトレーナー・スポーツプログラマー・社交ダンス教師の資格を持つ先生の慣れたしゃべりや軽やかな身のこなしに乗せられ、翌日、筋肉痛に見舞われるほど熱が入り、アツという間に3日間が終わってしまいました。

一緒に参加した四十人の中に九十一歳の女性がいたのには、ビックリしました。そして、十一月ごろ偶然、女性会館のロビーでその女性を見かけた時は、さらにビックリしました。背筋を伸ばし、とても若々しい姿で歩いていました。

人は誰でも年を重ねてくると、新しいことに臆病になったり、ついつい億劫になって腰が重くなるがちですが、しかし、今です。高齢者だからこそ「新たな挑戦」が必要なのです。積極的な就業と各種行事への参加で、有意義なシルバー活動を楽しみましょう。

会員だよりの原稿を募集します。テーマは何でも結構です。字数は700字程度。原稿は事務所までお持ちください。