



# ふれあい

2012年3月  
現在の会員数  
男性 1,337名  
女性 551名  
合計 1,888名

2012年/4月  
**133**号

題字 府中市長 高野律雄 書

公益社団法人府中市シルバー人材センター発行/府中市寿町3-2 ふれあい会館2F/TEL042-366-2322



女性のための講演会と交流会



- 目次
- 平成24年度事業計画 ..... 2
- ふれあい作品展 ..... 3
- 女性のための講演会と交流会 ..... 3
- 役員と班長懇親会 ..... 3
- 重点顧客への年末訪問活動 ..... 4
- 会員の在会年数別研修状況 ..... 4
- 地域班長研修会 ..... 4
- しごと財団「広報研修会」 ..... 5
- 働く会員の職場訪問 ..... 5
- 武蔵台地域ボランティア活動 ..... 6
- 住吉地域ボランティア活動 ..... 6
- 四谷地域ボランティア活動 ..... 6
- 安全推進大会 ..... 7
- センター年間行事予定 ..... 7
- 第63回定時総会の案内 ..... 7

# 平成24年度 事業計画のあらまし

## 1 基本方針

公益社団法人として、新たにスタートした府中市シルバー人材センターは、社会参加の意欲のある高齢者に対し、地域社会と連携を保ちながら、その希望、知識、経験に応じた就業並びに社会奉仕等の活動機会を確保し、生活感の充実及び福祉の増進を図るとともに高齢者の能力を活かした活力ある地域社会づくりに貢献するという高い公益性が求められることとなりました。

昨年3月に発生した東日本大震災の影響や円高による企業の業績悪化など日本経済はもとより、欧米を初め世界の経済状況も悪化傾向にあります。こうした中、我が国では少子高齢化がますます進み高齢者に対する雇用情勢は日増しに厳しい状況となっております。

センターは、「自主・自立、共働・共助」の基本理念を再確認し、公益社団法人にふさわしい事業展開と会員の組織人としての意識改革、正しい就業のあり方、法令を順守した就業を進め、その理念に基づいた活動を展開する組織体制の強化を図

るため、在会年数別会員研修を継続

して実施いたします。高齢者が長年培った知識と経験を地域社会活動に活かし、ゆとりと豊かさ・潤いのある生活の実現と地域の高齢者就業の活動拠点・地域社会のコミュニティづくりの中核として、センターが果たす役割はますます重要

になってまいります。今後のセンター運営は、今まで培ってきた活動実績と時代の変化に柔軟に対応できる組織運営、積極的な事業展開、安心で安全な就業、高品質なサービスを提供することにより、地域に信頼されるセンターとして、事業の更なる飛躍を目指し、会員の知識や経験を最大限に活かした就業を通じて、活力ある地域社会づくりに寄与するとともに会員自らの生きがいと健康を実現するために全力を尽くして参ります。

**2 事業実施計画**

**(1) 組織体制の充実強化**

センターは、会員の自主的な組織であるという意識改革を図り、センターの基本理念である「自主・自立、共働・共助」の一層の浸透と会員相互の理解と連帯意識を深め、組織体制の充実強化に努めます。

**(2) 就業機会の開拓及び提供**

就業機会の確保及び拡大を図る

ため、就業開拓専門員を継続して配置

します。また、官公庁、企業、家庭等の要望に応えられる職群の育成や情報収集に努め、就業機会の開拓を行うとともに、特定職場の適正なローテーション化により、公平な就業機会の確保に努めます。

**(3) 普及啓発活動**

センター事業の理念や仕組みを広く地域社会にアピールし、各界及び市民の理解と支援を得るため、多面的な情報を提供し、事業のPRに努めます。

**(4) ボランティア活動**

会員による地域施設や学校等における社会貢献活動が活発に行われるよう支援するとともにボランティア活動に対する理解と参加を促します。

**(5) 相談及び調査研究**

高齢者の就業に係る相談や各種資料の収集、調査を実施し、就業機会の創出に努めます。

**(6) 研修、講習の充実**

発注者に高品質のサービスを提供するため、技能・技術等の研修会を開催し、会員のスキルアップと意識改革を図る研修・講習事業を実施します。

**(7) 安全対策の推進**

会員の安全就業の確保はすべて

に優先するものであり、センター事業運営の重点課題として取り組む

必要があります。就業中の事故や経路途上の事故を未然に防ぐため、安全委員会が中心となり、日頃から安全と健康に対する意識を高め、心身の健康維持に関する指導を強化するよう必要な対策を講じます。

**(8) 会員の増強**

センターの趣旨、就業のあり方など事業への理解を深め、就業及び組織活動に積極的に参加できる会員の獲得に努めます。特に女性会員の組織率を高めるため、創意工夫による女性会員の入会を促進します。

**(9) 事務局体制の充実**

公益法人として適正に対応ができる知識や情報を収集し、会員へ公平で適正な就業機会の提供に努めます。また、関連団体職員研修や各種機関の研修会等に積極的に参加し、事務改善や会計事務の適正管理に努めます。



## 第1回 「ふれあい作品展」

平成23年4月1日の公益社団法人化に伴い、一般高齢者を対象とした事業運営が強く求められることとなり、平成22年度まで16回開催してきました「会員作品展」を、60歳以上の市民を対象とした第1回「ふれあい作品展」とし、2月10日(金)～13日(月)までの4日間、府中グリーンプラザ5階展示ホールで開催しました。

開催期間中は、659人の方々の来場がありました。出展者は、86人で、そのうち市民の方は61人、センター会員は25人でした。落ち着いた会場には、1人1点の出展で、絵画48点・工芸22点・写真8点・書道8点の力作が、調和良く展示され、熱心に、興味深く鑑賞する来場者の姿が多く目立ちました。

第2回「ふれあい作品展」は、平成25年2月15日(金)～18日(月)までの4日間、府中グリーンプラザ5階展示ホールで開催します。

## 女性会員のための 講演会・交流会

2月6日(月)グリーンプラザ6階で「女性のための講演会・交流会」が開かれ、110名を超える気持ちの若々しい女性会員と一般市民の女性の方々が集まりました。講師に安生祐子氏を迎え、「60歳からの女性の生き方」：望ましいコミュニケーション：と題して、基調講演が行われました。

コミュニケーションの基本は「あいさつ」、「あ」は「明るく元気に」、「い」は「いつでもどこでも誰にでも」、「さ」は「先に(先手必勝、自分から声掛けを)」、「つ」は「続けて(返事がなくてもめげずに)」、「だ」そうです。あいさつは、不安から安心へ、安心から信頼へ、という道筋であり、無意識のうちに人を無視している場合もあること、仕事のうえでは、報告・連絡・相談の重要さと、自分で勝手に判断しない、という大切なポイントを話されました。

聞(聴)き方も拒否の態度でなく(それがどうした?など)、肯定的に、積極的に相槌をうち、また、会話はクッション言葉と肯定的な明る



い表現で、笑顔でコミュニケーションをして、誰にでも好かれて、よい年を重ねて孤立しない人生を送りましょう、ということでした。駐輪場でのあいさつなど身近な事例で、わかりやすく、有意義な講演でした。

その後の交流会では全員参加のジャンケン大会、合唱など、時の経つのを忘れるほど、帰りには木の葉のアクリルたわしを参加賞のお土産付き、女性パワー全開で、外の冬の寒さを吹き飛ばすほど楽しい集まりでした。

## 役員と班長懇親会

1月17日(火)午後0時30分からコンチネンタルホテル2階にて平成24年役員・地域班長懇談会が今年も開催されました。昨年度は「東日本大震災」に見舞われその後公益社団法人に移行し、大手商業施設の減少など就業場所と機会にも影響がありました。そんな厳しい状況の中での新年度に向けた懇親会は本間会長のあいさつに続いて田中健司副市長と村木茂市議会議長さらに府中市選出の都議会議員からも励ましのあいさつを頂きました。

遠田宗雄府中市議会副議長の乾杯の音頭で各役員と各地域班長さんの懇談が食事を交えて始まり、カラオケの熱唱も大勢の歌自慢の来賓あるいは地域班長も意外な歌唱力で盛り上がり、西隈副会長の中締めの後も各々今年度の活動と就業に向けて話に溢れて夕刻前に無事に散会となりました。

## 重点顧客への 年末訪問活動

平成23年12月1日から16日迄、延べ10日間にわたり、正副会長・各委員会理事・就業開拓専門員・事務局が分担して継続契約の法人顧客34社にお伺いしました。内容としては、

- ① 継続契約の御礼と更なる継続更新のお願い
- ② 就業上の課題、ご要望等をお客様から直接ヒアリング
- ③ 就業拡大のリサーチとお願い
- ④ 顧客満足度の確認

年末の繁忙期にも拘らず友好的にご対応頂き、幹部の皆様と親しく懇談することができました。席上、就業状況について、概ね、接遇・責任感・礼儀・気配り等、センターが最も得意とする面での評価は良好でした。

反面、定例化により一層厳しい要望が寄せられ、就業者の交代時の人選・加齢に起因する健康問題等、急用時の連絡網、対応のスピード化等、当センターにとっても重要な課題を指摘されました。

今後はこれらの課題を解決するため、各委員会が連携して取り組んでまいります。

## 在会年数別 会員研修の実施

府中市シルバー人材センターは、会員一人ひとりが、組織の一員としての自覚を持って運営されていますので、1人の行為が全体の評価となり、契約の中止や終了につながる要因となります。

公益社団法人として新たにスタートした年でもあり、また、就業中に各種トラブルが多発していることから、懸案となっていました。センター会員として、ふさわしい資質の向上と連帯意識の高揚をはかることを目的として、在会年数5年毎に、5年間で全会員が受講する研修を実施することになりました。

研修の内容は、センターの現状と今後、センターの理念及び接遇・安全就業についてを、午後1時30分から約2時間、ふれあい会館5階第4会議室で、事務局長・事務局長代理が交互に講師を務め、講話を行いました。平成23年度の受講対象者は、平成18年度入会者(在会5年)126人・平成13年度入

会者在会10年)81人・平成8年度入会者在会15年)33人の240人で、受講者は156人の65%でした。実施日は、平成23年11月21、28、30日、12月1、2、5日でした。また、在会16年以上の会員研修の対象者は71人で、平成24年1月26日に実施し、受講者は37人の52.1%でした。講話終了後、受講者からアンケートに答えていただき、「研修修了確認書」が一人ひとりに交付されました。

なお、平成23年度未受講者の研修は、平成24年4月26日に実施しました。

## 平成23年度 地域班長研修会

2月23日(木)午前10時からふれあい会館5階の第4会議室に於いて平成23年度地域班長研修が行われました。平成23年度から地域班長会議の回数が1回となったのに伴い今回は、地域班長研修を開催いたしました。

西隈副会長のあいさつに始まり、渋谷常務理事より、昨年9月から各センターに対し国によるシ



ルバー事業の適正な運営の徹底について指導があり、適正就業の順守にともなう業務内容の調査と対応については、センターの就業体系は「雇用」ではなく「請負」であることに会員一人ひとりが自覚を持つよう解説がありました。

その後「交通ルールと自転車等の安全運転」についての府中市警察署交通総務係統括係長 廣松真弓氏のビデオ映像を使用した講習がなされました。

## 「東京しごとセンター 広報・研修」に参加して

1月20日（金）飯田橋の「東京しごとセンター」5Fのセミナー室で、都内シルバー人材センター広報

担当の理事及び職員を対象に、財団主催のセミナーが開かれ、当センターからは田中、三坂の両理事が参加しました。

講師は足立区シルバー人材センター会員・理事の野村昌敏氏が担当し、広報制作のポイントを語り、各センターの広報紙について話し合

い、会員の心を掴む広報紙の作り方を学ぼうとするものです。

各シルバーの広報紙形態は千差万別、タブロイド判新聞紙から数十ページに及ぶ冊子判まで、発行月も多様でカラー刷りの豪華版もありという状況です。

結論は、「編集とは企画の段階か

ら会員の心を掴む作り方」をめざし、例えば周知主体の報告記事だけに偏ることなく、紙面の構成に見てもらえる工夫をします。それには極端に難しい漢字などは避け、写真やカットを多用することが大変重要になってきます。

## 「働く会員の職場訪問」

多磨霊園駅北自転車駐車場

2月19日（日）に京王線多磨霊園駅前の北自転車駐車場を訪問しました。

この駐車場では13人の会員が就業されています。訪問時8人の会員が働いておりました。お話を聞いている間も次々と駐輪する方で忙しそうでした。建物は2階建てですが、屋上も駐輪スペースになっており、3フロアーで約1千台保管できるところのことでした。オートバイも駐車でき建物入口の左に30台も保管できます。

就業時間は6時30分から20時まで、3交代5時間の勤務ですが、駐輪場は施錠せず24時間開いています。

この駐輪場は昨年4月1日から

センターに新規に委託され、当初は大変だったそうです。ゴミ袋が構内に放置され、建物の外にはたくさん自転車が置いてあり、ポスターがあちこちの壁に貼ってあり、床は自転車を持ち込む土で埃っぽく、その清掃や整理整頓から始めました。今も、お客さまの少ない日曜日に床面はモップなどを使用し清掃しています。訪問した日も清掃日でしたがざっと見た限りでは、とてもきれいで土は見当たりません。

就業されている方の平均年齢は72歳位で、最高齢の方は77歳です。お客さんは小学生から、老人まで、電動自転車も多いそうです。そのた

め重い自転車の移動が大変です。仕事をしてよかったことをお聞きしましたが、元気で働けて立っていることは体にもいいと実感しているそうです。また家にいるより家庭円満にもなると冗談も言っておられました。

時には、いやな思いをする経験もあります。顔に出さず、きちんとあいさつしています。この1年間で自転車が預けているうちに壊れたという苦情はないそうです。いつも丁寧に扱っているのだと思います。また鍵を紛失するお客さんは大勢いて、本人確認と、「鍵を壊している」という承諾書を書いてもらい、処置しているそうです。置きっぱなしになっている自転車も多く、かなり長期間保管しています。

長期間保管しても最大2千円以上取らないそうなので、お客さんに

引き取りに来られるよう望んでいます。現在は24台、現在も13台あるそうです。また就業が3交代であり、なかなか全員で集まらないが、年1回ぐらい親睦会もやるそうですが午後8時の就業が終わってか



## 武蔵台地域の ボランティア活動

市の武蔵台公園はクヌギ、コナラ、シデなど樹木40種類以上、下草にはキンランやヤブランなどの豊かな森です。ここで、円環状に自生する10数株のヤマユリを発見したのが「活動」の動機となりました。東北の古里には季節にはヤマユリが咲き乱れ、純白の色とあの独特の香りには、忘れ難いものがあります。この緑豊かな公園の森を保全し、「ヤマユリの里を夢想したものです。

「ボランティア」活動として、シルバー人材センターの理解を得て、市の環境政策課自然保護係、「緑の活動推進委員会」へ提案いたしました。審議と実地踏査等を経て、植生調査区域指定の方向で進められることになりました。

生物の多様性（全生物同士のつながりとバランスが生物の寿命を保ち、どれ一つが欠けても全体に影響すること）を重視する立場で、活動することが求められています。

「本会ボランティア」の組織は会員募集に始まり、希望者22名の陣容でスタートしました。活動は次のように進めて参りました。

1回目、10月11名が笹刈りと伐採細枝の除去作業、2回目は2月9名が

武蔵台小五年生による投棄ゴミの除去活動の支援と指定区域の笹刈り。3回目は2月7名が同校五年生「緑を護る」立看板設置等の支援でした。活動は森林浴でみんなが健康ボランティアです。どうぞ、皆様もご参加頂ければと。

緑の保全活動で、地球温暖化防止の一端を担えばと考えて、続けたいと思います。



## 住吉地域の ボランティア活動

12月17日(土)8時〜9時住吉文化センターを起点に中河原駅周辺から心身障害者福祉センターを経て、郷土

の森近くまでの緑道を4グループに分かれてごみ收拾を行いました。参加者23名(男20名、女3名)



## 臨機応変の四谷地域 ボランティア活動

12月17日土に四谷一丁目イチョウ通り清掃の呼び掛けを会員の皆さんに班長メールで連絡をし、多数の参加協力を得ました。しかし当日九時に集合場所に来られた皆さん、樹はカラ坊主、道路はピカピカ・清掃活動は終わっちゃったのかしらと言う顔…顔…。実は予定日の4日前に委託業者により剪定・清掃が行われました。参加者全員が揃った中のミーティングで実情を説明・安全

作業を確認の後、約二百メートル先(第八中学)南側多摩川沿い歩道まで徒歩にて移動、ウォーキングにより体の暖まった状態で作業開始、かなり大量の落ち葉がありましたが、皆様の熱心な作業により短時間で大きな成果(21袋を上げる事が出来ました。突発的な変更にも関わらず、気持ち良く了解して戴き、やったと言う満足感で作業終了後、記念写真におさまり解散。

次回活動予定は今回の経験を生かして、桜の蕾が芽生えた時期ぐらいに計画したいと思っていますが、更に多くの協力を楽しみにお待ちしております。有り難うございました。



# 安全推進大会

開催日時 1月27日(金)

午後1時30分から4時

場所 所ふれあい会館5階会議室

参加者 センター会員(35名)

府中市体育指導委員(3名)

## 講義内容

- ① 深呼吸で始まり足踏み移動をしました。体をほぐし血のめぐりをよくして次に移ります。
- ② 肩の前方・上方の肩回しをすることによる筋トレです。
- ③ 右肘を左手で押さえて左側にもっていき右肩を伸ばします左側も同じです。
- ④ 手首のストレッチ手首を上下に伸ばす運動です。
- ⑤ 頭部の運動です顎に手を当て頭を後ろに押し上げ頸を伸ばします。注意点は息を止めないこと。
- ⑥ 股関節を広げる運動足を開いて体を落とすことにより股関節を伸ばします。
- ⑦ 股関節の運動の次は足首回し

右・左6〜7回回します。

⑧ 足首が終わりましたら肩入れです右肩を左方向にもっていく。

右記のことを15分から20分くらい毎日やっていただければ健康な体を自分自身が保つことができることと思われます。

年齢と共に高齢者は体力の低下がどんどん進んでいきます。

加齢によって起こる変化には、まず筋肉が痩せて筋力が低下することです。

健康づくりのために自分にあった運動を継続的にすることです。



# 平成24年度主な行事予定

実施月 行事名

4月 地域懇談会

(実施期間 4月〜10月)

在会年数別会員研修

多摩川清掃ボランティア

5月 自転車競技大会

6月 役員・班長合同会議

第63回定時総会

7月 第1回安全推進大会

8月 商工まつり

9月 交通安全パレード

10月 府中市シルバー人材センターフェア

けやき並木清掃ボランティア

在会年数別会員研修

1月 第2回安全推進大会

2月 第2回ふれあい作品展

## 平成24年 第63回定時総会の開催について

定時総会を次の日程で開催します。

詳細につきましては、改めて通知いたします。

日時

平成24年6月26日(火) 午後1時

場所

府中の森芸術劇場 ふるさとホール

## ■ シルバー川柳・俳句

大雪や都の空の蒼きかな  
雪深き 田舎の母の顔浮かぶ

西隈邦彦

シルバーをやめると言いつつまた一年  
シルバーで生きがい見つけ若返り

吉田和二郎

一村の一花も咲かぬ梅祭り

慇懃に言い訳をする市政かな

クリスチャンニ礼二拍手一礼す

岡莞弥

(会員からの川柳・俳句と募集しています)

## 編集後記

巻頭は「平成24年度事業計画」の紹介、センターの新事業年度が既に4月から開始しております。

ご存じ地域ボランティア活動、センター全体の地域運動として急速に定着しつつあります。

また「ふれあい作品展」、および「女性のための講演会・交流会」は、ともに、今後の進展が期待されます。

本号より、従来の「シルバー川柳」に加えて、「俳句」の募集を試みております。

(広報委員会 三坂)



安全運転講習会フォローアップ講習



物産館での小物販売



入会相談会 (市役所)



在会年数別会員研修



植木講習会



公園清掃除草全体会議



地域班長研修



第1回ふれあい作品展