



ふれあい

2022年12月
現在の会員数
男性 1,364名
女性 710名
合計 2,074名

2023年/1月
176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/東京都府中市府中町1-30 ふれあい会館1F/TEL042-366-2322



謹賀新年

河口湖からの富士山: photo 馬場職員

本年もよろしくお願いたします

監	理	常	副	会
事	事	務	会	長
事	事	理	長	長

智	池	松	成	田	萩	日	清	佐	田	芝	関	洪	瀬
田	本	岡	井	沢	中	原	水	藤	村	辻	根	谷	谷
職	悦	征	道	等	洋	英	信	優	正	佐	孝	昌	昌
員	子	夫	範	子	子	典	子	子	之	俊	二	三	一
一	同												周
同													三

●目次

- 新年のごあいさつ..... 2
- 兔年生まれの元気な会員さん 3
- 働く会員の職場訪問..... 3
- 「生き生きフェスタ」の実施 4
- 多摩職業能力開発センター「技能祭」 5
- 第7ブロック「腰スッキリ」体操研修 6
- 会員アンケートの実施結果 6
- 業務・地域・安全委員会の報告 7
- 事務局職員の職務分担変更 7
- 第12～14回 K S K 写真コンテスト 8
- 訃報・編集後記..... 8

令和5年年頭のあいさつ

会長 瀬谷 周三



謹んで新春をお祝い申し上げます。皆様におかれましては、よき新年をお迎えのことと存じます。

当センターでも新型コロナウイルス感染症の影響を受けましたが、昨年7月に無事45周年を迎え、府中市民の皆さんにも参加いただき芸術劇場で「生き生きフェスタ」を無事開催できました。

また、第三期中期計画の目標である2022年度事業実績9億円と会員数2,000人を何とか達成できる状態にまで回復致しました。

これは、ひとえに皆様のご尽力のおかげと感謝申し上げます。

新年度からは新たな中期計画がスタートします。新たな事業実績や

会員数等の目標達成に向けての施策、10月から始まるインボイス制度やSDGs対応について、皆様のご協力を頂き推進してまいりますのでよろしくお願い申し上げます。

今年は卯年です。兎は跳ねるため、景気が上向きに跳ねる、回復すると知られています。兎年にあやかり、景気が回復し、平穏な生活に戻れるよう願っております。

また、ウクライナへのロシアの無差別な攻撃がなくなることを願っております。

この冬はコロナに加えインフルエンザの流行が懸念されております。気を緩めず引き続きマスク着用と手洗いの励行、感染予防に気を付けていただくようお願い申し上げます。

今年も変らぬご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げますとともに、皆様のお祈りとお健勝とご多幸をお祈りし新年のご挨拶といたします。

新年のごあいさつ

府中市長 高野 律雄



新年明けましておめでとうございます。

公益社団法人府中市シルバー人材センターの会員並びにご家族の皆様におかれましては、令和5年の新春をお健やかに迎えのことと心からお喜び申し上げます。また、皆様には日頃より、市政の各般にわたり、ご理解とご協力を賜り厚く感謝申し上げます。

貴センターにおかれましては、「会員による自主的・主体的な運営、共働・共助のもとで働く」を基本理念とし、「地域への貢献と活力ある地域社会づくり」に向けての事業を推進してこられました。設立以来、市民の信頼と実績を着実に築き、地域福祉

の向上及び地域経済の活性化に向けてご尽力されてこられたことは、誠に同慶の至りでございます。

これもひとえに瀬谷会長をはじめ、歴代の役員並びに会員の皆様のご尽力の賜物であると改めまして深く敬意を表しますとともに、衷心より感謝申し上げます。

本市では、市民の皆様が生きがいを持つて住み慣れた地域でいきいきと安心して暮らせるよう、「人と人が支え合い誰もが幸せを感じるまちづくり」を大きな柱のひとつとして市政運営を行っております。引き続き、高齢者福祉施策をはじめとする様々な施策の推進に努めるとともに、府中市シルバー人材センターの活動を支援してまいりますので、今後とも変わらぬお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

新春にあたり、府中市シルバー人材センターのますますのご発展と、会員並びにご家族皆様のご健勝、ご多幸を心よりお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

卯年生まれの元気な会員さん



令和5年の年男
カツラヤマ 桂山 和夫 さん

60歳になったときに友人からシルバー人材センターを紹介され、約10年が過ぎました。今は郷土の森博物館駐車場・撤去班でお世話になっています。

早いもので今年6回目の年男、72歳になります。ボケ防止と社会奉仕の気持ちで頑張っています。

現役時代は、東芝で約40年、照明の開発業務に従事しました。2007年に地球温暖化対策で、省エネLED電球を日本で初めて商品化しました。



令和5年の年女
オバ 小場 いあき さん

シルバーに入会し、すぐに開錠業務につきました。そして、24年がたちました。

この間、植木剪定の講習を受けました。府中市の「元気一番健診支援員」講習会のカリキュラムも修了し、証明書をいただきました。

2年後には年間約4千万個製造していた白熱電球の生産が中止され、続いて蛍光灯・水銀灯も中止となり、照明はすべてLEDになりました。私は、LED照明は嫌いです。何故ならLEDは電子部品の知識があれば簡単に造ることができ、照明に対する愛着と寂しさがありました。

今年41歳になる息子が小学2年から少年野球をしていたので、私も約10年間監督を経験させていただきました。いま健康である源は野球で鍛えたお陰です。

これからもセンターのご支援、職場の皆様のご協力をいただきながら頑張る所存です。

シルバーでは、数えきれないお仕事をいただき、一日もお休みしたことはありません。

今後とも私自身も勉強し、知識を身につけていくつもりです。健康にも常に気をつけていきたいと思っています。

仲間は大切な宝です。職員、会員の皆様には、感謝感謝でいっぱい입니다。シルバー人材センターの益々のご発展と、会員の皆様のご多幸とご健康をご祈念いたします。

働く会員の職場訪問
府中の森公園夜間管理業務



管理員の福村文生さん

今回は、「府中の森公園」

夜間管理の職場を訪問しました。ここはテニスコート8面、野球グラウンド1面の夜間管理業務を行っています。管理員4名の中から福村さんにお話を伺いました。

仕事は、夕方4時30分から9時30分までの5時間で、1人就業です。シフトは3か月ごとに決めています。

業務内容は、夜間照明の点灯・消灯、利用料金の手続き、電話応対、施錠確認などとなっています。

1人就業のため、電話問合わせに即答できないときは公園のサービスセンターに連絡し、翌日センターから回答してもらいます。

このテニスコートはオムニコート(全天候型)のため、夜間でも幅広い年代の利用者にプレーを楽しんでいただいています。

心がけていることは、利用者の方への丁寧な言葉使いや対応はもちろんのこと、何よりも気持ち良くプレーしていただけるよう業務遂行に努めています。

福村さんは、退職を機に都心から府中に転居され、シルバーには令和2年11月に入会し、翌年2月からこの業務に就きました。その際、亡き奥様とこのテニスコートでプレーした思い出があり、何かと縁を感じたそうです。

今後も、シルバーの仕事のほかにボランティア活動など、社会貢献をしていきたいそうです。



45周年事業 生き生きフェスタの開催について

11月24日(木)、午後1時から府中の森芸術劇場「どりーむホール」でセンター開設45周年を記念して「シルバー生き生きフェスタ」が開催されました。

当日は、前日の冷たい雨と打って変わって小春日和の暖かい一日となり、開演前から多くの方が列を作って並ばれていました。

フェスタは会員の他にも府中市民であれば誰でも入場することができ、来場者は会員が113名、府中市民が465名、合計578名の方が来場されました。

2千人収容できる会場で、来場者は感染防止のため間隔を空け、着席にご協力いただきました。



開演に先だち、司会を担当された(株)ジェイコム東京の道祖土絵美氏から、会場内でのマスク着用やカメラ、スマホでの撮影に関する注意事項が案内されました。

午後1時にフェスタが開会され、当センターの瀬谷会長から、主催者を代表して挨拶がありました。

「当センターは、本年7月設立45周年を迎え、市民の皆様の参加のもとに記念事業ができました。設立45周年を迎えられたのは、市民の皆様のご協力の賜物です。センターは高齢者の能力開発を図り、就業を推進するほか、会員間の益々の交流を図ってまいります。皆様のご健勝とご多幸をお祈りします」と話がありました。

「生き生きフェスタ」は3部構成であり、1部は講演会、2部はセンターの紹介、3部は「ふれあいコンサート」でした。

1部の講演会は、タレント・パーソナリティーでおなじみの、毒蝮三太夫氏による「まむし流ころとからだの健康法」の講演です。

毒蝮さんは昭和11年生まれの86歳



ですが、年を全く感じさせないバイタリテイ溢れる話し方に加え、テレビなどでおなじみの毒舌が満載で、アツという間に予定の40分が過ぎてしまいました。

最初に「今日、会場に来れたことは幸せと思わなければ。人材センターで働けることは、本当に幸せなことだね」と始まりました。

府中市シルバー人材センター45周年記念

シルバー生き生きフェスタ

入場無料 (自由席)

講演会

俳優タレント **毒蝮 三太夫**さん

「まむし流ころとからだの健康法」

「今日の45周年の講演に私が来たのは、『お金が欲しいのじゃない。お札が欲しいの』(笑)。笑うとエンドルフィンが出て、元気になるんだよ」と話を継ぎました。

「料理する、裁縫する、お化粧する、しゃべる、食べる、歌うは、元気の素です。ストレスは残さないで楽しく生きること。歯を大切にすること。素直で笑顔でいること。笑顔はすべてのパスポートだよ」は心に残りました。

2部は、スライドによる当センターの紹介です。日下理事、智田監事のナレーションにより、元気に楽しく働いているシルバー会員と、現場の写真を中心とした職群班、シルバーの仕事の内容が紹介されました。

続く3部のふれあいコンサートは、会員の坂本利彦さんによるピアノ：コンサートです。

センターでの就業の傍ら、地域の音楽活動としてコンサートやボランティア活動を長年行い、府中市民交響楽団や羽村吹奏楽団との共演をされています。

シヨパンの「エチュード『革命』」、ラフマニノフの「プレリュード」、エルガーの「愛の挨拶」、最後にシャンソンで有名な「枯葉」を見事に奏でました。会場から拍手喝さいが送られ、名残惜しいなか演奏を終えました。

3時前に予定のプログラムが終了



し、45周年記念事業の「生き生きフェスタ」は、盛会裏にお開きを迎えました。

当センターは、ここ3年間、新型コロナウイルス感染症防止対策のため、会員が顔を合わせたり、交流する場も制約されてきました。今回のフェスタでは、久しぶりに会員同士の交流、市民との交流ができ、笑顔でお帰りになる方が多かったですように見受けられました。

今後、様々な機会をとらえ、このような会員同士の交流を続けていきたいと思います。



11月3日(木)、東京都多摩職業能力開発センター府中校において技能祭が開催されました。当センターの小物班が3年ぶりに出店し、手作りの小物販売を午前10時〜午後3時まで行いました。

小物販売の店内はお客様が途絶えることなく人気ぶりが伺え、当日の午前11時頃には、前回の販売件数を上回りました。

小物班の19名が作成した多数の商品は、個性豊かに工夫が凝らされた逸品でした。生活用品として便利な優れものの小物は来店者の目を引きました。

開店後間もなく、高野市長が訪問され、商品を手にとってご覧になり、

東京都立多摩職業能力開発センター府中校 技能祭

小物班では、班員を募集しています。班員からは「毛糸、布、紙などなどを利用し小物を作って販売してみませんか。今回は、会員作成の『傘のリメイク作品』が出品されています。あなたのアイデアを小物班で活かしてみませんか」と呼びかけがありました。



作品の出来映えに感心されていました。

来店されたお客様から、商品の作り方などを質問された班員は、丁寧に教えてあげるなど、店内は温かく和やかな雰囲気に包まれていました。

第7ブロック会員研修
「腰スッキリ体操」が
開催されました

令和4年10月19日(水)の午後2時～4時まで、第7ブロック会員研修として、「腰スッキリ体操」が開催されました。会場は「府中市郷土の森総合体育館」の柔道場で行われ、多摩地域8市のシルバー人材センターの第7ブロックのセンターから、29名の会員さんが集まりました。

講師は、早稲田大学講師の包國友幸氏で、前半の講義では「腰の仕組み」について資料を参照しながら解説が行われ、後半の実技では、筋のストレッチングやエクササイズなど、簡単に自分で実施できるコンディショニング法などが実地に指導されました。



参加者は、自身の身体の動きがみるみる変わっていくことに驚きつつ、終了後は軽快な足取りで帰路につきました。

会員アンケート調査の
実施結果について

当センターでは、センター運営に関するアンケート調査を9月に全会員(9月末・2,040名)に対して行い、486名の回答(回答率24%)がありました。今号では、その概要を報告します。

- ① シルバーの満足度(就業・生きがい・健康管理等)は73%が「満足」。
- ② 最近3か月間の就業状況は87%が「就業」。
- ③ 就業していない人(13%)の内訳は、「就業したい」が33%、「希望の仕事なし」が22%、「病気が11%」。
- ④ 就業場所の満足度は71%が「満足」。※1
- ⑤ 役員(理事・監事)の活動状況の満足度は31%が「満足」、24%が「活動が不明」。
- ⑥ 各委員会(総務・業務・地域・安全)の活動状況の満足度は

29%が「満足」、28%が「活動が不明」。

⑦ 地域班長の活動状況の満足度は44%が「満足」、18%が「活動が不明」。※2

⑧ 班長メール便の閲覧と必要性は、71%が「毎月見る」、53%が「必要である」。

⑨ 広報紙「ふれあい」閲覧と満足度は、77%が「毎回見る」、53%が「必要である」。

⑩ ホームページの閲覧は59%が「見ていない」、21%が「月1回以上見る」。※3

⑪ 会員の交流事業への参加は83%が「参加していない」、26%が「今後参加したい」。※4

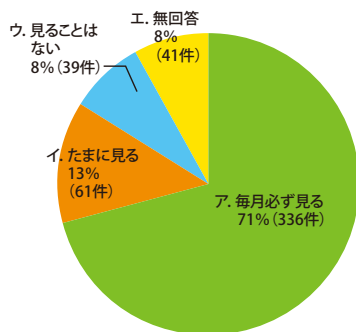
当センターでは、今後の運営に実施結果を活かしていきたいと考えていますので、更なるご協力をお願いします。

29%で、「活動が不明」は委員会が28%、役員が24%、班長が18%。委員会や役員の活動の周知が必要です。

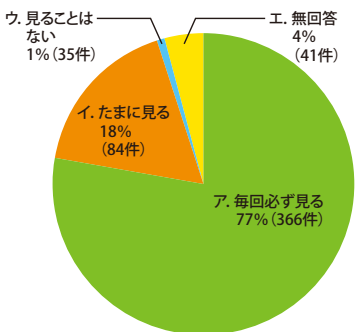
⑩ ※3：会員への周知伝達で、班長メール便の閲覧は71%が「毎月見る」、広報紙「ふれあい」は77%が「毎回見る」と必要性・満足度が高い。ホームページの閲覧が少なく、スマートフォンの活用等が望まれる。

⑪ ※4：交流事業への期待が高い。

⑧ 班長メール便の閲覧



⑨ 広報紙「ふれあい」閲覧



業務委員会の活動報告
業務委員会委員長 清水正之

業務委員
会では、シル
バー人材セ
ンターのモツ
トである
「共働・共助」
にのっとり、
会員の皆様の
就業機会の
拡大に努め
ています。



健康で仕事に励むことにより、
気持ちの前向きでいられることが元
気の源です。そのため、「はつらつと就
業できるように」をサポートすること
を第一にし、次の業務を行って
います。

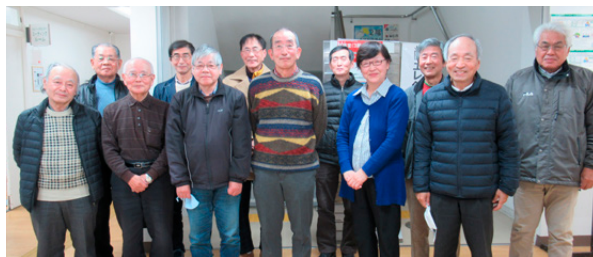
- ①より多くの会員に公平な就業
機会の提供のための公募
- ②就業場所の活性化を図るための
施設巡回訪問
- ③職群班のリーダーへのサポート

皆様の中で、就業に関するお悩
みやご相談されたことがありま
したら、事務局を通じてお申し出
ください。
シルバー人材センターの未来が、

皆様にとつてもより良い方向に進め
られるよう、会員の皆様と一緒に考
え、ご希望に添えるように努力をし
てまいります。
今後とも、当センターの活動にご
協力を、よろしく願います。

地域委員会の活動報告
地域委員会委員長 田中英典

地域委員
会は、多摩川



清掃などの
シルバー全体
のイベントの
ほか、地域ボ
ランティア、
地域懇談会
などの地域
ごとのイベン
トを担当し、
これらイベ
ントの検討
及び会員の
皆様への周
知と参画の呼びかけを行っています。
当センターの地域組織は12の地域
に分かれ、そこには12名の地域委員
が選出されています。

それぞれの地域には、会員数に応
じて班長が置かれ、班長はセンター
から会員への連絡事項の伝達、いわゆ

る「メール便」により、文書等を会員
宅に配布しています。

地域委員会では、各地区の地域委
員が毎月集まって、センターからの報
告、地区ごとの活動報告、課題など
を話し合っています。

これまで2年半、新型コロナ感染
防止のため地域活動が自粛され、班
長会議、ボランティア活動、地域懇談
会が残念ながら実施できていません
が、いつでも開始できるように準備し
ています。

会員の皆様には、今後イベント参
加の声がかりましたら、行事参加
をよろしく願います。

安全委員会の活動報告
安全委員会委員長 松井等



安全委員
会は、会員の
皆様が健康
で安全に就
業できるよ
う、安全意識
の向上と健
康維持促進
を目指して、
様々な施策
と啓発活動
を実施してい
ます。

メール便での事故報告、安全・健康

維持のための情報提供、様々な安全
グッズの提供を行い、月1回の安全パト
ロールを実施しています。また、年2回
の安全推進大会(春はウォーキング)、
年4回の安全と健康ニュースの発行、
安全標語の募集、高齢者自転車競技
会への参加、その他安全運転講習や
各種安全就業研修会への参加など、
活動は多岐にわたっています。
「安全は全てに優先する」ことを
念頭に、これからも会員の皆様に情
報を提供してまいります。

**事務局職員
変更のお知らせ**

令和4年12月より

- 小谷田 洋平(次長)
学校関連業務(開錠・施錠・学童
擁護・校内消毒業務・選挙業務
他)
- 公園清掃除草・草刈・民間駐輪
場整理(ライフ・ヤマザキ・フォ
ルマ)
- 佐々木 友也(事務職員)
日常経理、予算・決算・職員給与
及び福利厚生他、補助金申請・
報告他

KSK(会員就業・交流事業検討会)
写真コンテスト入賞作品の発表

写真コンテスト第12回の入選作品



松村 巖さん
『ゴーヤ花開く』



菅原 巨さん
『夏の夜』

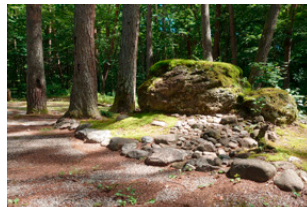


中島 勉さん
『都会の蝉って…』

写真コンテスト第13回の入選作品



菅原 巨さん
『暑さ寒さも』

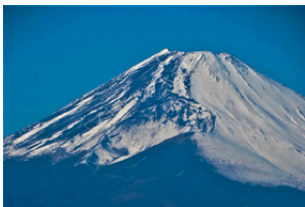


瀬谷 周三さん
『木漏れ日』

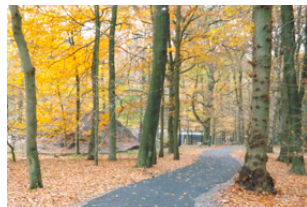


田丸 博巳さん
『光芒と稲田』

写真コンテスト第14回の入選作品



松村 巖さん
『宝永山火口と富士山』



松島 正子さん
『晩秋のゴッホの森(オランダにて)』



田丸 博巳さん
『青サギの憩い場』

計 報

坂本 秀男 (日新町)
船橋 末男 (栄町)
慎んでお悔やみ申しあげます

編集後記

新年、明けましておめでとうございます。
会員の皆様には、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃は、広報紙「ふれあい」の発行にご協力をいただき、誠にありがとうございます。

新型コロナウイルスが長期化していますが、当センターの催しをはじめ、地域ボランティア活動等は、徐々にですがコロナ禍前に戻りつつあるように見えます。
また、府中市民の65歳健康寿命(65歳の方が健康で暮らせる平均年齢)は、男性が81・64歳、女性が82・92歳です。平成23年と比較すると、男女共におおよそ0.5歳伸び、東京都は全国で男性14位、女性45位で、府中市はほぼ東京の平均に近い状況です。

私達も、フレイル(虚弱)にならないように注意し、軽い運動を生活の中に取り入れ、足・腰を鍛えるようにしたらいかがでしょうか。地域の清掃ボランティアなどへの参加を期待します。

今年「うさぎ年」で、大きく跳ねる年と言われています。
今年もよろしくお願いたします。

(総務委員会 一同)

