

シルバ－本庄



目次

○令和二年度定時総会開催 ・理事会開催と決議事項報告 (令和元年度分)	2P	○新型コロナウイルス感染予防 Withコロナのなかでの就業	5P
○職場紹介、事業活動報告 ・本庄市駅駐輪場業務 ・植木の手入れ、剪定業務 ・アパート清掃業務 ・学童保育補助の仕事と生きがい ・フレイル予防教室の開催 ・フレイル予防教室体験会実施	3～4P	○会員投稿 ・ロコモ運動ーフレイル予防	6P
		○理事会開催報告と決議事項報告 (令和二年度分)	
		○研修案内、入会説明会案内、 シルバ－フェスティバル中止について 投稿募集、編集後記	

安全・適正就業全国共通スローガン

**「事故防止、急ぐな、
あせるな、気を抜くな」**



発行所

公益社団法人 **本庄市シルバー人材センター**

本 所 〒367-0062 本庄市小島南1丁目8番4号 TEL0495-23-1356 FAX0495-23-0732
<https://webc.sjc.ne.jp/honjoh/index> E-mail: honjoh@sjc.ne.jp
 児玉支所 〒367-0217 本庄市児玉町八幡山368 TEL0495-73-1256

令和二年度定時総会開催
「中期計画達成へ向け、健康で生きがいのある生活の実現、社会参加促進、地域活性化貢献を目指す」

6月29日(月)、本庄市勤労青少年ホーム・軽体育室において公益社団法人本庄市シルバー人材センター定時総会が開催されました。監査報告、令和元年度事業報告、令和元年度収支補正予算、令和二年度事業計画の報告が行われた後、議事事項として第1号議案について審議が行われ、議案通り可決されました。

総会では、始めに、吉田信解理事長から、令和二年度の定時総会は、新型コロナウイルスの感染拡大の中で3密を回避するため、委任状か書面による意思表示をもつての決議をお願いし、出来る限り小規模での総会を開催させていただきました。と説明がありました。

さらに、コロナウイルスの関係から会員の皆さんの就業や企業・公共団体、一般家庭においても様々な影響が出ております。

感染予防を徹底しながらの新しい生活のなかで、会員の皆さんは体調管理を徹底しながらの就業をお願いします。と話がありました。



本庄市シルバー人材センター 定時総会

議事進行前には、センターの表彰規定により、センターの正会員として10年以上にわたり他の模範となりその功績が顕著な方18名が対象となり、コロナウイルス感染予防のため代表者表彰となりました。

○会員表彰者(18名)

- 新井英男氏、星野美代子氏、堀越春雄氏、小高國昭氏、松島市郎氏、齊藤勝敏氏、梅沢豊氏、堀口清子氏、宮崎良三氏、田村忠夫氏、片山勲氏、百瀬和明氏、嶋田竹夫氏、関口たけ子氏、村椿勝雄氏、秋山正江氏、板垣文江氏、町田時男氏



会員代表者表彰

○議事報告事項

監事から監査報告について適正であるとの報告に引き続き、令和元年度事業報告が行われました。①会員の登録状況では、前年度末比較+20人の497人で、平均年齢72・3歳と成りました。

②受注件数は2417件で前年比△664件でした。剪定業務等の片付け作業が一連の作業として受注する方式と成ったためです。契約額は前年比で△6541千円の減でした。派遣では契約金額は前年比増加で合計+3992千円となりました。(詳細はHPを参照)

業務名	項目	受注及び契約額	前年比
請負	件数(件)	2,417	△664
	契約額(千円)	225,591	△6,541
派遣	件数(件)	20	8
	契約額(千円)	40,827	3,992

○審議事項

審議事項では、第1号議案が提出され、原案どおり可決されました。その他、報告事項として配分金規約の一部改正の件について報告がありました。

○理事会開催と決議事項報告(令和元年度分)

- 第十二回理事会 11月29日
- ①正会員6名入会の承認
- ②正会員4名退会の承認
- 第十三回理事会 12月27日
- ①正会員5名入会の承認
- ②正会員1名退会の承認
- 第十四回理事会 1月31日
- ①正会員7名入会の承認
- ②正会員5名退会の承認
- ③令和元年度収支補正予算の承認 第十五回理事会 2月28日
- ①正職員就業規則の一部改正
- ②再雇用職員就業規則の一部改正
- ③嘱託職員就業規則の一部改正
- ④臨時職員就業規則の一部改正
- ⑤正職員給与規程の一部改正
- ⑥正職員退職手当規程の一部改正
- ⑦就業期限の設定に関する基準の一部改正
- ⑧安全・適正就業基準の一部改正
- ⑨令和元年度収支補正予算の承認
- ⑩令和2年度事業計画の承認
- ⑪令和2年度収支予算の承認
- ⑫利益相反取引の承認
- 第十六回理事会 3月2日
- ①正会員7名入会の承認
- ②正会員3名退会の承認
- 第十七回理事会
- ①正会員8名入会の承認
- ②正会員22名退会の承認
- ③理事及び監事候補者選考委員会の承認

◎職場紹介／事業活動報告

●自転車駐車場管理

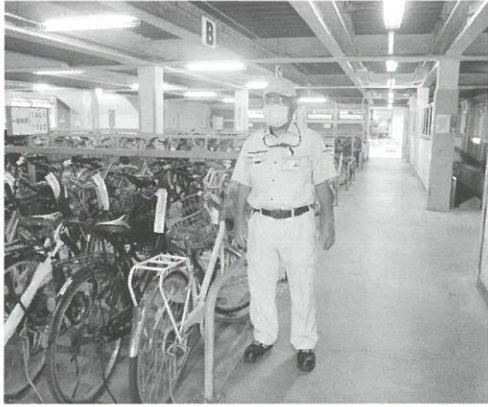
新井田さん

おはようございます！行つてらっしゃいの言葉掛けから駐車場利用者との1日が始まります。

15名体制で365日盆休みも正月休みもない中で、朝6時から23時迄交代制(日、祝日は6時から17時)で駐車場管理業務を行っています。

私たちの業務は、常に人との関わり合いが多く、制服・制帽、コロナウイルス対策としてのマスクの着用言葉使いに注意し、利用者が不愉快にならないよう注意をしています

しかし、年に何度か苦情の電話が入ることもあり、やりきれない気持ちになることもあります。



主な業務は、自転車の整理・整頓ですが、一時預かり・定期契約及び更新などの現金を取り扱ふ等、煩雑な事務作業も発生します。

新規就業された方々は、数ヶ月間は悩みながらの業務習得となります。駅の駐車場は南口に地下と1階・2階そしてバイク駐車場、北口に自転車・バイクの駐車場があります。

利用者の方々が気持ち良く利用できるように、工夫しながら頑張り、明るく楽しく就業を行いたいと思います。

●植木の手入れ・剪定業務

笠原さん

昨年、定年退職し、これから朝早く起きて会社に行かなくてもよいのだ、趣味に遊びに自由な時間が過ごせる。

ところが三ヶ月もすると時間を持って余すようになり家でダラダラと、このまま老いていくのか、何か物足りなさを、そして体を動かすことの大切さを感じ、仕事を求めハローワークへ。

そこでシルバ人材センターの存在を知り、三月に植木手入れで登録六月から仕事を始めて一ヶ月、体も徐々に慣れ、先輩の良き指導のおかげで無事に十数軒の庭の手入れをする事が出来ました。

その中で緊張したのは、先輩から「明日は松の剪定をやってくれ」と

言われた時でした。果たして出来るかな、松が小さければと思ったりしましたが、次の日、なんと大きな立派な黒松が、これは大変だこの場から逃げたい気分、でも、やるしかない。黙々と数時間、なんとか終わりに先輩にこれでいいですかと伺うと、スッキリしたねと言。先ずは安心。

剪定前の荒れた庭が清々しい庭に変わると、私自身も新鮮な気持ちになります。

これから一年間位は毎回違う庭を手入れすることになります。

お客様が満足してくださる仕事が出来るように、自分の技能を磨き頑張っています。



●アパート清掃業務

増さん

私はアパート清掃の仕事をしています。

仕事の内容は、アパートの大きさやオーナーさんの要望で多少異なりますが、主に、①蜘蛛の巣払い②通路・階段の拭き掃除③手摺り・ドア・郵便受け等の掃除④除草⑤時に剪定作業(高所を除く)です。

就業時間はアパートの大きさや業務仕様により日単位・月単位で短時間で済むものからやや時間が長くなるものもありますが、仕事は、急がず・焦らず安全・確実にを心掛けて行います。



一人作業なので時間内に仕様通りに行えば終了出来るため、自由度があります。段取りを決め作業効率を考えながら清掃業務を行っています。



今年の4月から学童保育補助の仕事をしていきます。
スタッフの方と私たち4名のローテーションで午後2時～6時までの4時間の業務です。
月に5回程度の就業で、業務内容

●学童保育補助の仕事と生きがい
齋藤さん

そして、余裕が出来た時間で、作業中に気がついた箇所等の清掃を心掛けています。
世界一きれいと言われる羽田空港清掃員「新津春子」さんの言葉、「汚い所を見つけた時の嬉しさは、嬉しくて計り知れない」。仕事にこだわりを持って取り組む人の素晴らしい言葉です。
清掃業務は接遇業務とは違う素晴らしく・面白い仕事だと思います。健康と働ける事に感謝して、もう少し頑張ろうと思います。

は、小学生学童の宿題補助、おやつ準備などです。
子供の迎えのドライバーさんを含めたミーティングの後、机等のセッティング・清掃・消毒を行い、子供たちは入室時に体温測定や健康チェック、手洗い後宿題を始めます。私達は、宿題補助・おやつ準備や習い事に向かう補助をします。子供達は宿題が終わると私達スタッフに見えますが、その時に誉めてあげたり、間違っている場合等はヒントを出して正解するように補助します。
今の学童保育補助の仕事を通じ、子供達が皆孫のように感じており、子供達の成長が楽しみな日々です。

◆フレイル予防教室の開催
大塚さん

昨年度、当センターで初めての試みとして2月6日、14日の2回に分けて本庄市介護保険課とタイアップしたフレイル予防教室を開催しました。

講師は4名の女性と男性4名のチームで、昨年7月から埼玉県シルバー人材センター連合の「フレイル予防サポーター養成講座」を終了後、児玉と本庄地域で2回に分けて講師を務めさせて頂きました。

個性豊かで経験豊富なメンバーと事務局の適切なサポートで1チームとして活動することが出来ました。最初の児玉地区では緊張の中でも会



本庄地区では会場の広さも、メンバーもちょっと戸惑いがあったようで参加者からのお声も頂き、反省点もありましたが1チームの力で何とかまとめることが出来ました。



場が参加者と近くで触れあえたのが良かったのか、脳トレを含むコーデイネーション運動では時間が過ぎるのを忘れる程の盛り上がりになりました。
帰りには「紙芝居などでいろいろな食品の栄養のことが解って良かった」と言う声が聞かれました。

◆フレイル予防教室体験会実施

令和2年1月27日、会員を対象として本庄市青少年ホームでフレイル予防体験教室体験会を実施しました。体験テーマは、「フレイル予防で健康寿命を延ばそう」です。

フレイルとは、加齢とともに心身の活力(筋力・認知機能)の低下を意味します。



フレイルを予防するには栄養、体力、社会参加が重要なポイント。栄養はいろいろな食品を食べる。体力は準備運動、脳トレ、ストレッチ筋力運動など。社会参加は、外出、良く歩く、良く動く事です。
脳トレを含むコーデイネーション運動は、脳、目、耳、口、手、足を一緒に働かせるゲームのような運動です。あなたも参加してみませんか。

コロナウイルス感染予防 「With コロナ」の中での就業

「サーモグラフィーカメラを設置」
「はにぼんプラザ」

「前代未聞、長いこと生きて来て、こんなことは初めてですね〜」こんな会話が、はにぼんプラザで受付業務を担当している私たちシルバー会員の間で、しきりと交わされています。

私たちが受付業務を委託されているこの施設は、2か月余りの休館後、様々な新型コロナウイルス感染防止対策を講じて、6月15日に再オープンしました。

これまでの通常業務に加え、机や椅子のアルコール消毒、換気の徹底、入館者カードの記入やマスク着用・手指消毒のお願いなど、市の館運営の考え方を参考に、いろいろな新しい業務に取り組んでいます。時間のかかる検温については、サーモグラフィーカメラが導入され、複数人でも立ち止まることなく、自動で体温を測定しています。

このほか館では定員の見直し、出入口の制限、アクリル板の設置など、3密を防ぐための様々な方策を実施しています。また、利用者の皆様にも、使用した場所の消毒や小まめな換気や毎回の名簿提出など、いろいろな事をお願いしています。

面倒な作業にもかかわらず、皆さん快くご協力くださり、まさに住民の方々と力を合わせて運営する市民活動交流センターとなっています。



サーモグラフィーカメラとモニターで確認

本庄市と社会福祉協議会で実施した「本庄マスクバンクへマスクなどを寄贈、本庄市長よりセンターへの感謝状をいただきました。

謹啓 時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。
このたびは、格別なご厚意により、市と社会福祉協議会が共同で実施しました、ほんじょうマスクバンクに貴重な物品の御寄贈を賜り、厚く御礼申し上げます。御寄贈いただきました物品はすでに、妊産婦、小・中学生、高齢者や障害のある方、市内福祉施設等にお届けをし、多くの方より感謝の声が届いておりますことをここに改めて申し上げます。
さて、緊急事態宣言が解除となり、感染症大防止と社会経済活動との両立が求められております。市といたしましても、市民の命と健康を守ることを第一に、引き続き、関係機関と連携しながら清潔に取り組みをまいりますので、御理解と御支援のほど、よろしくお願ひ申し上げます。
貴法人の限らないご発展とご健康をお祈り申し上げますとともに、このたびのご厚情に対し、略儀ながら書中でもらまして御礼のご挨拶とさせていただきます。
令和二年七月吉日
本庄市長 吉田信解
公益社団法人本庄市シルバー人材センター 御中

はにぼんプラザは、一時間単位の料金設定、様々な用途の部屋、幅広い年代・広域的な地域からの利用、不特定多数の人々への交流スペースの提供、事業・営業活動者への貸し出しなど、市の公共施設の中でも大きな特徴を持つ館です。
今、民間・公共等にかかわらず、市内の様々な施設ではその館の特性に応じた独自の新型コロナウイルス感染対策が行われています。
今後とも厳しい状況が続くと予想される中、はにぼんプラザでは、利用者の皆様、行政職員・シルバー会員の皆様が、それぞれの立場で出来ることを頑張り、この難局を乗り切って行けたら：と願っています。



飛沫防止シートごしの受付



手指消毒・入館者カード記入台

会員投稿

○ロコモ運動―フレイル予防―

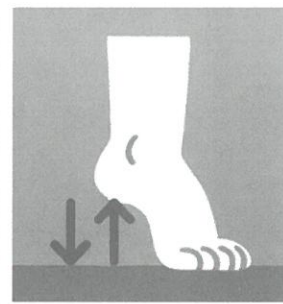
4頁でご案内していますフレイル対策のひとつとして、「ロコモ運動」があります。ここでは、その運動のうち、日常のなかでやり易い「ナガラ運動」をご紹介します。

- ①階段の昇り降りが楽になる
②片足でたつても倒れない
③つまずきにくくなる
④歩く速度が早くなる、(歩幅が広くなる)
⑤ひざの曲げ伸ばしが楽になる
でも、これらの運動を日常的に行うことは、三日坊主のわれわれには、たいへんです。
そこで、ご紹介するのが次の「ナガラ運動」です。



つまさきあげ

ぐ上に上げます。3〜5数えておろします。10回3セット(3回)行います。
2. かかとあげ



かかとあげ

両足または片足毎かかとをまつすぐ上に上げます。3〜5数えておろします。10回ずつ3セット(3回)行います。

さあ、どうでしょう?。簡単ですね。歯磨きや椅子に座ってTVを観てる時でも出来ますね!
でも、椅子をささえに使ったりして、転倒には注意してください。その他にも暮らしの中でちょっとした時に出来る体操があります。そんなくせをつけてみませんか。
レッツ/ロコモ運動!!!

○理事会開催と決議事項報告

(令和二年度分)

- 第一回理事会 4月30日
①正会員2名入会の承認
②正会員9名退会の承認
第二回理事会 5月25日
①令和元年度事業報告の承認
②令和元年度収支決算の承認

入会説明会案内

◇毎月第2・第4火曜日 (午前10時より)
シルバ一人材センター本所
本庄市小島南 1-8-4

◇毎月第3金曜日 (午前10時より)
アスパアこだま児玉公民館
本庄市児玉町八幡山 368

※当日が祝日に当たる場合は中止となります。

(人)

Table with 4 columns: 年, 男, 女, 計. Rows: 1年7月31日, 2年7月31日.

編集後記

センターでは会員の皆様の本誌へ掲載する原稿を募集しております。就業の体験談、旅行記、ペットや趣味などについて2000〜4000字程度の内容でセンターへ投稿して下さい。匿名でも記名でもかまいません。お待ちしております。

コロナウイルス感染が拡がる中で、会員の就業もその対応から活動停止や再開後の感染予防対策の実施など様々な業務対応が行われています。3密を避けるとともに普段の健康管理をしっかり行いながら本誌をまとめました。

投稿募集