広域シルバー飯田

第118号
令和8年10月31日発行
（公社）飯田広域シルバー人材センター
飯田市鼎上山1890番地1
TEL：0265-22-8690
FAX：0265-22-8655
ホームページ：https://webc.sjc.ne.jp/ida/
E-mail：ida@sjc.ne.jp



設立四十周年記念特別企画
令和八年度安全衛生講話の開催

専務理事　竹内政弘

十月十五日、松本大学副学長で医学博士の根本賢一教授を講師に迎えた「安全衛生講話」を飯田市鼎文化センターで開催しました。本年度は法人設立四十周年を記念した公開講演会の形式とし、会員だけでなく、会員の家族や知人、そして一般参加も含め約二三〇人が聴講しました。講演会では「生涯現役をめざした運動レシピ」を演題に、健康づくりの基本となる運動の大切さの講演と、椅子などの家庭にある物を使った簡単な筋力トレーニングやウオーキングのインターバル速歩などの実践講義を、ユーモアを交えながら、わかりやすく、丁寧に教えていただき、会場は終始笑顔の絶えない和やかな雰囲気に包まれた講演会となりました。

根本先生によると、生活する上で大事なことは、「朝起きたら水（お茶）を飲み、日常生活の中でも時々少しずつ飲むこと」「いきまない（息をつめて力まない）こと」「運動は連続してやらなくとも小分けでよい」など、長生きするための日常生活に欠かせない習慣を指南していただきました。人は加齢に伴って、骨が弱くなったり、筋力が低下したり様々な機能が低下してしまいます。寝たきりにならず、いつまでも自分で動けるようにするためには、心肺持久力、脚の筋力、骨密度を維持することが大切なのだそうです。

皆さんも毎日の生活の中に、「少しだけ」運動トレーニングを取り入れて、人生をピンピン☆きらりと輝かせてください。

予告

設立40周年記念 特別企画

『高齢者のための交通安全教室』

入場無料

開催日時	令和８年12月３日(木曜日) 13：30～　受付開始　12：30～
会　場	飯田市鼎　鼎文化センターホール　定　員　200名
対　象	自動車免許をお持ちのシルバー人材センター会員・ご家族・お知り合い
講　師	㈱アジマ自動車学校　小杉山 州示氏
内　容	高齢者の交通事故の特徴と対策 ／ 加齢による運転の身体的影響
申込方法	後日、会員さん宛にお配りする申込用紙を提出して下さい。申込は電話・FAX・メールなども可。

『歩掛制（ぶがかりせい）』導入に向けて

事務局次長　佐々木栄幸

歩掛制（㎡単価制）とは、草刈り作業を行うにあたって、面積で請求金額を決めるやり方です。

歩掛制の良い点ですが、こんな経験や話を聞いたことがありませんか？

お客さん「前回と比べると作業時間が大幅にかかったけど、どうして？」

会員「だんだんと体がえらくなってきた。前回と比べると作業時間がかかってしまった」

お客さん「前の人は早かったけど、今度の人は作業時間がかかるね」

お客さん「休憩ばかり取っていたけど、作業時間はどうなっているのかな？」

作業時間で請求書を作る場合、どうしても時間が一定になりません。前回の作業時間と比べて大きく時間差があると発注者から問い合わせが寄せられます。会員の交代を考えなければならないこともあります。

歩掛制が導入された場合、こうした作業時間に関する苦情が一掃されます。作業時間だけではありません。体力や能力に不安がでてきても、気にせず就業することができます。

当センターではこの歩掛制の導入に取り組み始めています。

歩掛制を導入しているセンターは全国でも多くはありません。幸いなことに愛知県の新城市シルバー人材センターで昨年より導入を始めたそうで、お話をお聞きしました。

就業した会員からは「時間に関する苦情・問合せが減った」「業務委託料が増えた」「休憩時間を気にすることなくとれ、体が楽だった」「自分で見積りを作るので、納得して作業を行えた」等々の意見が聞かれたそうです。

ただし、「見積りを会員がつくるので、会員の手間（下見や写真撮影等々）が増えた」との話もありました。おおむね好意的な意見が多く寄せられているようです。

導入にあたっては、正しい草刈の面積と作業時間を知ることが必要不可欠です。また、草の伸び具合や傾斜があるかどうか、石といった障害物があるかどうかの確認も必要です。

そして、歩掛制を導入するにあたって、一番大事なことは会員の理解と協力を得ることと考えています。今後、いろいろとお願いすることが出てくると思いますが、ご協力を宜しくお願いします。

今後の取組みについては、シルバー便り等で報告させていただきたいと思います。

新城市シルバー人材センターでは、草刈だけではなく、他の作業にも歩掛制の導入を始めています。当センターでも草刈り作業だけではなく、他の作業にも歩掛制を広めて、働きやすい環境を整えていきたいと思います。



新城市SC職員による「歩掛制」説明研修会

写真で見る

各種講習会の様子


4/28－りんごの摘果作業


6/17－刈払機アタッチメント講習会


7/30－草取り・除草剤散布



8/27－シニア世代のマナー講座


9/11－果樹園作業


5/14－クラフトバンドで作るバッグ作り



7/7－きゅうりの漬物


9/15－水引ストラップ作り

下半期の講習会・「イベント」参加予定

10/7・11/12	会員のためのスマホ講習会
11月	フラワーアレンジメント講習会（いろどりの会）
12月	冬野菜の漬物講習会（いろどりの会）
1月	柿剪定講習会
2月	お菓子作り講習会（いろどりの会）
2・3月	健康管理講習会
10月	・南条文化祭
	・松川町ふれあい広場
	・高森ふるさと祭り
11月	・橋南地区文化祭
	・豊丘まつり
	・上郷文化祭

10/2・10/4に『街頭活動』を実施しました！

就業推進委員会と広報啓発委員会の委員が法人設立40周年記念事業として初の試みで、商業施設２カ所でチラシ・ポケットティッシュを配り「会員募集」を中心に地域の皆様へ普及啓発の呼び掛けをしました。









予告第２弾

飯田広域シルバー人材センター
設立40周年記念式典・アトラクション

入場無料

開催日時　令和９年１月29日(金曜日) 13：30～

会　　場　飯田市高羽町　飯田文化会館ホール

会場が変更になりました

定　　員　1,000名（事前申し込み・先着順）

対　　象　シルバー人材センター会員・ご家族・お知り合い

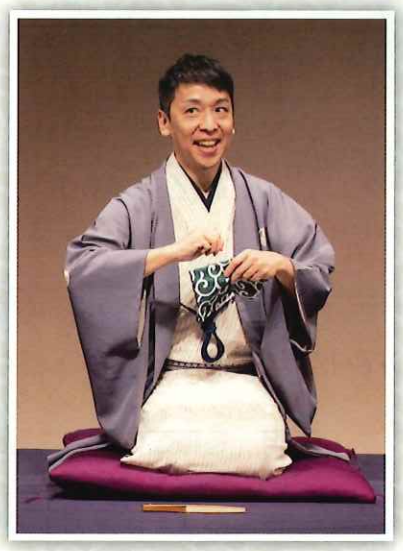
申込方法　11月中に配布予定の「会員通知」をご確認ください。

内　　容

第１部：記念式典

第２部：アトラクション

国民的番組でおなじみの落語家
『立川晴の輔』さんによる独演会



会員数

令和８年
10/22 現在

男	556名
女	244名
合計	800名

派遣就業求人情報

こちらから
ご覧ください

編集後記

猛暑続きで〝酷暑日〟という新語まで登場した今年の夏も十月に入り、やっと本格的な秋の気候になりました。今日、これだけ高度に発達した文明社会の中で、現在の世の中をリードしつつある「ＡＩ」がこの大きな人類課題を解決してくれるでしょうか。大いに期待したいものです。

さて、設立四十周年を迎えて、当シルバー人材センターではメインの記念講演をはじめ、いろいろな四十周年冠事業が取り組まれています。

広報啓発委員会と就業推進委員会共同で、十月初旬に二ヶ所の商業施設にて、ハッピ姿でのぼり旗、ティッシュ、チラシ配りを行い今年の重点課題のひとつである〝会員拡大〟に結びつける取り組みを行いました。会員一人一人が目的意識をもち声かけ運動、ご夫婦会員加入の促進など心がけたいものです。（髙橋幸雄）