

理事長 栗田 正弘

菊川  
事務所

〒439-0031  
静岡県菊川市加茂246-1  
TEL 0537-35-2099  
FAX 0537-35-2141

小笠  
事務所

〒437-1507  
静岡県菊川市赤土1469-1  
TEL 0537-63-1313

# あおぞら



第26回定時総会



要望活動



菊川産業祭2025



親子三世代正月飾り作り教室

自主

自立

共働

共助

— 目 次 —

「会員拡大を目指して」

理事長 栗田正弘

2

「令和8年を迎えて」

菊川市長 長谷川寛彦

2

永年会員等表彰者のみなさま

3

寄稿「20年の思い」鈴木藤夫

3

新規入会の会員のみなさま

4

寄稿「清々しさ訪れる人の言葉に励まされて」  
平川裕朗

平川裕朗

4

センター活動紹介

4  
5

講習会・研修会活動

6

賛助会員紹介

7

寄稿「アエルの輝きを支える丁寧な仕事に感謝」  
菊川市文化会館アエル館長 片瀬正博

菊川市文化会館アエル館長 片瀬正博

7

認知症と予防対策

8

シルバー人材センター会員募集

8

# 「会員拡大」を目指して



理事長  
栗田正弘

地球温暖化が益々心配されるなか、昨夏の異常な暑さから一転して厳しい冬の寒さを肌で感じながら、日中の日差しの中に春の足音を感じる季節になってまいりました。

日頃、市当局をはじめ、各事業所、市民の皆様方には、シルバー人材センターをご利用いただき、また事業推進に対しまして格別なご理解とご支援を頂き厚く御礼を申し上げます。

また、会員の皆様には受託業務の円滑な実施やセンター諸事業へのご協力に心より感謝申し上げます。

さて、現在シルバー人材センターの大きな課題は会員の拡大です。コロナ過も拍車をかけ、65歳定年延長や70歳までの雇用延長、少子化と社会状況の変化にもより全国的に会員の減少傾向にあり、当センターも会員の減少に苦慮しているところであります。昨

年は静岡県シルバー人材センター連合会からも現実に即した新たな会員純増目標が示され、当センターでも現状に即した目標を定めて会員拡大に努めているところです。

このように会員拡大がままならない中で発注者の皆様、特に個人家庭からのお仕事のご用命についてお請けできない状況も発生したり、作業の着手が遅くなったりすることがあり、大変ご迷惑をお掛けすることをお詫びするとともにご理解もお願い申し上げます。

シルバー人材センターにはいろいろな仕事や働き方があり、男女は問わずいくつになっても今ままで経験したことがない仕事にチャレンジすることが出来ます。現在お仕事に就かれている方でも隙間時間のご利用も相談できるものとなっております。

60歳以上の市内在住の皆様、お気軽にセンター事務局までお問合せください。市民の皆様、市内事業者の皆様におかれましては引き続きシルバー人材センターに温かいご支援ご指導を頂けますようお願い申し上げます。また、会員の皆様には健康に十分留意されるところに安全な就業に徹していただきさらなるご活躍をお祈り申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

# 令和8年を迎えて



菊川市長  
長谷川寛彦

寒さの中にも春の気配が感じられるこの頃、菊川市シルバー人材センター会員の皆様におかれましては、御健勝のこととお慶び申し上げます。

また、日頃より菊川市政に対し、格別なる御理解と御協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、静岡県が公表する「お達者年齢」では、本市の男性が令和2年から3年連続で1位、昨年9月に発表された令和5年の結果は2位となりましたが、女性は15位から11位まで上昇しました。静岡県が日本一の健康長寿県であることを考えると、菊川市は全国トップクラスの健康長寿のまちと言えます。

また、「シルバー人材センター会員等の介護予防効果に関する調査研究」では、シルバー会員の方と、会員でない高齢者を比べると、会員の方が加齢による心身の老い衰えた状態であるフレイルの発生リスクが34%軽減されるという調査結果がでています。

シルバー人材センター会員の皆様の豊かな経験と知識を活かした活動は、地域の安全・安心の維持、子どもたちの健やかな成長、地域コミュニティの活性化など、幅広い分野で大きな力となっております。今後とも、健康に御留意いただき、御自身のフレイル予防も兼ねながら多方面で御活躍いただくと共に、本市のまちづくりにお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びとなりますが、菊川市シルバー人材センターの益々の御発展と、会員の皆様の夢が『叶う』一年になりますよう祈念いたしまして、挨拶いたします。

# 永年会員表彰者のみなさま

今年は、在籍20年の会員1名、10年の会員21名、職群班リーダーに長年勤められました横山様に感謝状、賛助会員10年の企業の皆様3社に表彰をいたしました。表彰を受けられた皆様おめでとうございます。これからも健康に気を付け、またご支援の程よろしく申し上げます。



会員在籍20年表彰 鈴木 藤夫 (六郷)



## 会員在籍10年表彰 (会員21名)

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 山本 真春 (河城)   | 山崎 厚士 (堀之内) | 宮城 光子 (六郷)   |
| 竹田 保枝 (六郷)   | 河原崎 均 (六郷)  | 高橋 勝弘 (六郷)   |
| 曾根 行江 (加茂)   | 佐藤 好明 (加茂)  | 山田 稔 (加茂)    |
| 田島 いく代 (加茂)  | 進士 守 (内田)   | 伊藤 重實 (横地)   |
| 鈴木 昇 (横地)    | 武井 秀也 (小笠北) | 横山 善明 (小笠北)  |
| 寺本 喜久代 (小笠北) | 寺本 義広 (小笠北) | 松本 美恵子 (小笠南) |
| 田平 いつ子 (小笠東) | 加納 茂 (小笠東)  | 守屋 初男 (小笠東)  |

## 会員職群班リーダー勤続表彰

横山 幸男 (内田)

## 賛助会員10年表彰

- 有限会社 小田石油  
丸山製茶株式会社  
NOKフガクエンジニアリング株式会社

# 二十年の思い

シルバー人材に入会して、二十年の表彰を受けて、今までのセンターでのお仕事を振り返り思うことは、定年になり家に居ても暇をもてあそぶ日々を過ごしてしていた時、若いころなら写真を撮りに富士山の辺りまで出掛けていたが、年齢と共に出かけることが少なくなり、ふと目に止まったのがシルバー人材センターの会員募集のチラシでした。健康でボケないようにと平成17年4月に入会をして現在20年となりました。入会当初のお仕事は運搬に関わる仕事に就き市内を走り回る仕事をしていましたが、私も生まれは愛知県で戦時中に疎開をして牧之原に移り住み、その後静岡岡の方で働いていたことから市内の地理は全く分からない状態でありましたので運転は別の方がされていました。そのような時に、事務員さんから市役所のお仕事で自治会文書の配送のお仕事をいただき、これを受けるにお届けする場所も分からず事務員さんに詳しい地図を印刷してもらい市内を走り回っていたこと、これがきっかけで土地勘が詳しくなっていくたと思います。次

に仕事の中でも長く続けてきた仕事が公園の掃除で都市公園から農村公園にまで行って散乱していたごみや空き缶の拾い集めをしていました。昔の公園は本当にゴミだらけの公園と言われていて、毎回掃除してきても次に行くときまたゴミが捨てられていた時の寂しさが、逆に長く清掃に携わってこれたきっかけになっていたと思います。

最近、大井川右岸の用水路清掃の仕事をしています。年齢を感じながらも健康を維持することとボケ防止にと毎週仕事に行っています。年齢も87歳を超え体力の衰えを感じながら、体が動く間は仕事を続けていけたらと思っています。

これまで長く勤められたこと、これもセンターの皆さんがやさしく丁寧な接してくれたおかげだと感謝しております。



鈴木藤夫

# 令和7年新規入会の会員のみなさま

令和7年に入会された会員の皆様です。どうぞよろしくお願いたします。

(期間 令和7年1月1日から12月31日まで)

松永 和夫 (河城)  
横山 まさ枝 (堀之内)  
小林 好雄 (六郷)  
増田 進一 (六郷)  
坂口 弘子 (六郷)  
黒田 善久 (加茂)  
渋谷 猛 (横地)  
鈴木 義広 (小笠北)  
曾根 敏子 (小笠南)  
杉山 斉 (小笠南)  
望月 忠明 (小笠東)

伊藤 悟 (河城)  
樽松 喜久男 (堀之内)  
藤田 たい子 (六郷)  
矢部 康明 (六郷)  
黒田 和安 (加茂)  
平川 裕朗 (加茂)  
丹羽 一志 (横地)  
石井 ひろ子 (小笠北)  
吉川 多美子 (小笠南)  
鈴木 喜好 (小笠東)  
原 厚子 (小笠東)

小林 典子 (堀之内)  
三浦 行雄 (六郷)  
黒田 孝枝 (六郷)  
落合 利男 (六郷)  
齋藤 障好 (加茂)  
川口 雅彦 (内田)  
萩田 清已 (横地)  
山城 宏 (小笠北)  
赤堀 とみ子 (小笠南)  
後藤 辰枝 (小笠東)  
赤堀 充昭 (小笠東)

高橋 叔伯 (堀之内)  
堀内 明夫 (六郷)  
平田 雅博 (六郷)  
水野 春代 (六郷)  
松永 文夫 (加茂)  
牧野 愛子 (内田)  
三橋 とよ子 (小笠北)  
佐塚 富美子 (小笠南)  
植田 亮一 (小笠南)  
星野 郁夫 (小笠東)  
牧野 吉男 (小笠東)

## 清々しさと訪れる人の言葉に励まされて

平川裕朗

令和7年3月に65歳で前職を退職して、3か月ほど家でのんびりと過ごしていましたが、物足りなさを感じ何か仕事がないかなと思ひ、シルバー人材センターに相談して公園等の草刈りを紹介されました。

7月から働き始め、最初の頃は厳しい暑さに食欲も落ちてしまいましたが、日が経つにつれ少しずつ体も慣れて食も進むようになりました。野外の仕事をしていると暑い中でも、ふと気がつくとも風の涼しさを感したり、更に日が進むと一日の寒暖差などを感じたり、今までの事務の仕事では味わえなかった季節の移ろいを感じています。

4人のグループで中央公園や和田公園など公園の草刈り、側溝の掃除、樹木に巻き付いた葛の処理等を行っています。

この仕事を始める前から家の田畑で草刈りの経験はありましたが、刈り取りの後を見てもとら刈りでした。3人の先輩から草刈り仕方、道具の扱い方などアドバイスいただきながら行っています。

草で覆われた公園の刈り取り後を見ると清々しい気持ちになり、また公園を訪れる人が「お疲れ様です」などと声をかけてくれるのが励みになっています。まだまだ刈り残した草も目立ちますが、先輩がかけてくれた言葉に「焦らず丁寧」を教訓に今後も勤めていきたいと思ひます。



## センター活動紹介

### ①役員視察研修 1/24

伊豆市シルバー人材センターへ理事長ほか役員が独自事業活動について視察研修を行いました。



### ②職群班リーダー会 3/7

職群班リーダー会を行いました。



**③第26回定時総会 6/21**

菊川文化会館アエル小ホールにて第26回定時総会が菊川市副市長佐藤雅巳様ほか多くのご来賓をお招きし開催しました。



**④ミニ健康講座と楽しいレクリエーション 8/28**

女性委員会によるミニ健康講座と楽しいレクリエーションを行いました。



**⑤要望活動 10/10**

理事長、副理事長が菊川市長と市議会議員へ要望活動を行いました。



**⑥奉仕活動 10/24**

菊川市立総合病院とあかつちクリニックの敷地内の植え込み等の除草作業を行いました。



**⑦菊川産業祭2025 11/15**

行われた菊川産業祭2025に参加し、来場者に向けて会員募集の呼びかけを役員で行いました。また、会員の作品を展示と販売もいたしました。



**⑧安全適正就業委員巡視**

安全委員9名は7月から12月にかけて毎月1回現場巡視を行い会員の皆さんが安全に就業しているか確認をしています。



**⑨お正月しめ縄飾り作り教室 12/4**

女性委員会によるお正月しめ縄飾り作り教室が行われました。



**⑩三世代お正月飾り教室 12/13**

親子12組24名の参加者によりお正月飾り作り教室を会員3名が講師となり開催しました。



# 講習会・研修会

## ①生活お助け隊講座 2/25.3/4

介護保険制度の概要、サービス提供時の心構えとマナーについて受講しました。



## ②刈り払い機械安全講習会 6/4

草刈り機械の安全講習会が開催されました。



## ③スマホ教室 8/21

スマホ教室がドコモショップ菊川店スタッフを講師に招いて開催されました。



## ④網戸の張替え講習会 9/17

網戸の張替えの技能習得に向けて講習会を開催しました。



## ⑤障子の張替え講習会 9/18

障子の張替えの技能習得に向けて講習会を開催しました。



## ⑥庭木の剪定講習 11/5・6・7

小笠北小学校にて庭木の剪定講習会が掛川市・菊川市シルバー人材センター共同開催で行われ、両市から14名の参加者があり行われました。(菊川市6名 掛川市8名)



## ⑦キャリアアップ自動車運転講習 11/13

菊川自動車学校において運転教習と講義を会員が受講しました。



## ⑧キャリアアップ研修 12/12・15

2日間においてキャリアアップ研修を行いました。



# 賛助会員様紹介

シルバー人材センターの事業にご理解とご支援をいただいている皆様です。

- シルバー人材センターの事業に
- ご理解とご支援をいただいている皆様です。
- アクアインテック(株)
- 遠州夢咲農協菊川中央支店
- (株)たこ満
- 株式会社トミハラ
- 日東工業株式会社 菊川工場
- (株)ホソヤ家禽研究所
- (有)マルショウ渡辺製茶
- 丸山製茶株式会社
- 株式会社ミクニ 菊川事業所
- 株式会社リヒトラブ静岡事業部
- リョービ株式会社菊川工場
- 和興産業株式会社
- 株式会社シャトス 静岡事業部
- 株式会社スリーエス
- 株式会社小笠掛川勤労者福祉サービスセンター
- 株式会社 沖開発
- 有限会社小田石油
- 株式会社落合組
- 株式会社落合製作所
- 菊川市商工会
- 北島クリニック
- クミアイ化学工業株式会社

(アイウエオ順敬称略)

# アエルの輝きを支える、丁寧な仕事に感謝

菊川文化会館アエル館長 片瀬正博

菊川文化会館アエルは、市民が気軽に文化や芸術にふれる場所として、地域の皆さんに親しまれている文化施設です。館内には、演劇や音楽コンサートが楽しめる大ホールをはじめ、講演会や展示会などにも使える小ホール、さらには会議室や展示室、和室、茶室なども備えています。

地域の文化活動や人と人とのつながりを育む場として利用され、市民活動の発展や地域文化の振興に寄与しています。

そんなアエルの環境を支えてくださっているのが、シルバー人材センターの皆さまです。毎年夏と秋の2回、休館日などを利用して、駐車場を含む敷地全体の草刈りや草寄せ、草の処分などを丁寧に行ってくださいありがとうございます。暑い日差しの中でも一生懸命に作業される姿に、職員一同、いつも頭が下がる思いです。

おかげさまで、ご来館いただき

いたお客様や主催者の方々からは「アエルはいつもきれいで気持ちがいいね」「手入れが行き届いていて安心して利用できるといったお言葉を数多くいただいております。こうした声は、まさにシルバー人材センターの皆さまのお力添えのおかげです。

これからも感謝の気持ちをお忘れずに、末永く良い関係を築いていければと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



## 認知症予防とシルバー人材センターの役割

### 1 認知症とは

認知症とは、脳の病気・障害などの原因によって認知機能が低下し、日常生活に支障が出ている状態を指します。病名ではなく、特有の症状や状態を総称する言葉です。現在では、65歳以上の3.6人に1人が認知症および認知症予備群と推計されており、認知症は誰もがなり得るものであり、他人ごとではなくなってきました。

### 2 認知症の予防

今日の我が国が推進する認知症の予防への取組における「予防」の意味は、**認知症にならないということではなく、認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにする**ということです。

認知症の多くを占めるアルツハイマー型認知症や血管性認知症は、生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症など)との関連があるとされています。例えば、バランスの良い食事を心掛け、定期的な運動習慣を身に付けるなど、普段からの生活管理が認知症のリスクを下げると考えられています。

**そこで、シルバー人材センターの会員になって就業してみましよう。**

**センターでの就業がフレイルの発生に抑制効果!大あり。**

「シルバー人材センター会員等の介護予防効果に関する調査研究」調査結果では地域高齢者に比べて**シルバー会員はフレイルの発生リスクが34%軽減**することが明らかになりました。後期高齢期のシルバーでの就業は、フレイルの抑制に一定の効果がある可能性が示されました。シルバー人材センターは認知症予防も担っています。



マスコットキャラクター  
チエブクロー

女性の方大歓迎!



イラスト：落合江美

## お仕事募集

会員  
募集中

剪定・草取り・草刈り・刃物研ぎ・障子張り  
網戸張り・清掃・宛名書き・工場内軽作業・家事援助  
簡単な大工仕事・農作業・ハチの巣駆除

申込みはお気軽にご連絡ください

60歳以上で市内在住の方 お気軽にお問合せください

公益社団法人 菊川市シルバー人材センター  
お問合せ電話番号 0537-35-2099

編 集

後 記

令和8年の新たな馬年を迎え気持ちも新たに取り組んでまいります。

令和7年は女性委員会の活動も一層活発となり、会員同士や市民の方との交流が進められました。益々、盛んに交流が図られ、新たな友達や仲の良い方とのつながりが増えれば幸いです。今回は、各種活動を掲載させていただきましたのでご覧ください。引き続きシルバー人材センターをご利用いただきますようお願い申し上げます。

広報部：鈴木昇 戸塚由美子

