

シルバー きたもと

第52号
 令和3年7月発行
 公益社団法人
 北本市シルバー人材センター
 〒364-0013
 埼玉県北本市中丸 10-55
 電話 048-592-4300
 FAX 048-593-2759
<https://webc.sjc.ne.jp/kitamoto/>

会員 381名 (男 251名・女 130名)
 (令和3年5月31日現在)



「北本市には昔ながらの谷津や湧水、雑木林など魅力ある豊かな自然が残されています。」きたもと森林セラピーより

もくじ



シルバー人材センター
 マスコットキャラクター

令和3年度定時総会開催 特別表彰・会員表彰 ……	2
理事長あいさつ 就任・退任あいさつ ……	3
自転車の交通安全について 安全標語 ……	4
自転車安全利用五則 安全・適正就業強化月間 ……	5
熱中症について 会員事故発生状況 ……	5
就業インタビュー ……	6
令和2年度事業実績 行期中止のお知らせ ……	7
ぴかぴか運動紹介 りんどうの会 新入職員紹介 ……	7
健康増進センターからのお知らせ ……	8
シルバーギャラリー 編集後記 ……	8

令和3年度定時総会 開催

6月22日(火)午後1時30分より健康増進センター大広間において、令和3年度定時総会が開催されました。

今年度も新型コロナウイルス感染症対策として、来賓の招待や会員表彰などの式典を取りやめることにより、規模を縮小しての開催となりました。また、総会の議案に対し、特に意見等がない場合は、委任状による議決権行使をお願いしたところ、多くの会員の皆様のご協力により、少人数での開催となりました。

定時総会は、池田副理事長が開会宣言の後、理事長の挨拶があり、事務局長から「資格審査報告」があり、議決権数380人(正会員数379人、特別会員1人)のうち、総会出席者20人、委任状提出者295人の計315人となり、過半数を超えていることから、議案審議に必要な定足数を満たしているとの報告がありました。

続いて、議長に櫻井理事を選出し、伊藤監事による「監査報告」の後、議決事項の議案第1号「令和2年度決算の承認について」議

案第2号「公益社団法人北本市シルバー人材センター定款の一部変更について」議案第3号「役員選任の承認について」を審議し、承認されました。

続いて、すでに定款の規定により、理事会の承認を受けている報告事項の「令和2年度事業報告について」「令和3年度事業計画書の報告について」及び「令和3年度収支予算書の報告について」の報告があり、定時総会は無事に終了しました。



特別表彰者

荒井 光男

(前専務理事兼事務局長)



会員表彰者

(在籍5年以上)

伊藤 高尾

柴田トヨ子

田中さち子

高島いま子

藤田 佳子

小橋 義信

酒井 唯春

沼田 富雄

秋葉 福治

中町 喜美

岡本 涉

本間 静治

大塚 利彦

越坂 健五

関口 正子

町田サヨ子

伊藤 育男

佐藤 正治

長瀬 良雄

山口スギノ

中村 聖子

松本千代子

(敬称略)

定時総会に寄せて



理事長

関口 明

今年度も昨年度と同様、新型コロナウイルス感染拡大防止のため規模を縮小しての総会となりました。会員の皆様には、委任状による議決権行使にご協力をいただき感謝申し上げます。

北本市では、6月から新型コロナウイルスのワクチン接種が開始されました。それでもなお、会員の皆様には外出の際はマスクを付け、人ごみは出来るだけ避けるなど、十分な感染対策を心掛けていただければと思います。

さて、令和2年度は新型コロナウイルスの影響もあり、受注件数・契約金額ともに減少となりました。入会者数は昨年より10人増え379人でした。



今年度も厳しい環境が懸念されますが、企業訪問等による受注活動への取組や、会員拡大のための対策を推進するなど、より一層努力してまいります。

当シルバー人材センターでは、その運営にあたり、いくつかの課題があります。そのひとつが、現在の事務所を移転することであり、複数の候補地を視察しております。現状では、センターの事務所として使用できる場所は見つかってはいませんが、今後も行政と協議を重ね、出来るだけ早く新たな事務所を定めたいと思います。

これからも北本市シルバー人材センターの発展に努力して参ります。会員の皆様もご協力をお願いいたします。

就任の「あいさつ」



専務理事兼

事務局長

西村 昌志

本年4月から荒井前専務理事兼事務局長の後任として着任させていただきました。未だに終息の兆しの見えないコロナ禍において、自粛により就業の機会が減るなど、シルバー人材センターの活動にも大きな影響を受けております。

このような状況下ではございますが、会員皆様の業務の安全と就業確保に向け頑張りますので、ご指導ご鞭撻をお願いいたします。

退任の「あいさつ」



前専務理事兼

事務局長

荒井 光男

本年3月31日付けで専務理事兼事務局長を退任させていただきました。平成28年4月から5年間で、会員及び役員並びに職員皆様のお力添えにより、職務を全うすることができ、心より感謝申し上げます。

新型コロナウイルスの影響により、シルバー人材センターの運営は大変厳しい状況にあると思いますが、ピンチはチャンスと捉え、北本市シルバー人材センターが益々発展して行くことを願っております。大変お世話になりました。

自転車乗れば軽車両

交通ルールは守りましょう



安全管理委員長
林 正美

全国のシルバー人材センターにおいて令和2年に就業途上の重篤事故が48件発生し、その内自転車の事故が52%、徒歩29%、バイク・自動車19%であり、自転車の事故が過半数を占め、毎年この傾向に変化がないのです。

私達にとって自転車とは、「速く走る」「楽に遠くへ行ける」「運転免許が不要で気軽に利用」「健康にいい」等という側面と、「車両であり法令を遵守」「歩道は基本的に通行不可」「事故にあつたら大ケガ」「乗り方を誤ると不安定」等という側面があります。特に後半部分の意識が希薄で多く事故が発生しています。公益財団法人交通事故総合分析センターによると、

①シルバー会員の自転車乗車中の負傷事故は、自転車事故全体の58%と最も多く、その主な原因は転倒です。

②転倒の要因は、車道から歩道へ進入する際、段差に乗り上げる時にバランスを崩すが最も多く、滑りやすい路面でのスリップも多い。

③シルバー会員の自転車乗車中の自動車との衝突事故の57%は、交差点や横断歩道を横断中に発生しており、その原因として自転車側の安全確認不足や右側通行、一時停止無視といった交通違反が61%である。

④自損事故の重軽傷事故は、脚部と手首、手指の骨折が多く、死亡事故では、頭部骨折、挫傷が大半で胸部損傷も比較的多い。

⑤自転車は車両交通法規（左側通行・一時停止等）を守り、周囲の状況への注意を怠らないようにする。

⑥ヘルメットや手袋等の着用は、身体の負傷を低減でき、特にヘルメット着用は致死率を63%程度に低減出来る可能性がある。

⑦車両の運転者から認知してもらい易いように、明るい色の服装や反射材を付け自転車に乗る。

以上が、自転車乗用中の交通事故の状況と事故を減らすための方法です。私達は、自転車という便利な交通手段を有効に活用するとともに、今一度自転車は「車両」と認識し、交通ルールをしっかり守り、安全・安心な日常を送りましょう。

事故ゼロをめざして

～ 令和 3 年度安全標語表彰 ～

金賞

仕事での
慣れと油断が 事故のもと
渡邊 正行

銀賞

油断せず
作業の段取り 再確認
矢部 紀明

銅賞

急ぐまい
あせる気持ちに事故ひそむ!!
皆川 勇

銅賞

声かけて
そのひとことが 事故防ぐ
植松 陽子

応募作品 93点 応募人数 54名

**熱中症を防ぐために
マスクをはずしましょう**

ウイルス感染対策は忘れずに!

屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている時

十分な距離

2m以上

2m以上

マスクを着用していると
熱中症になりそう...

（マスク着用時は）

激しい運動は避けましょう
のどが潤いていなくても
こまめに水分補給をしましょう

気温・温度が高い時は
特に注意しましょう

「警察庁 交通対策本部より」

★ **自転車安全利用五則** ★

- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用

7月は「安全・適正就業強化月間」

就業中の事故やケガ、暑さによる熱中症、就業先の行き帰りの交通事故にも注意しましょう。

就業中・就業途上の事故やけがは、シルバー傷害保険の対象となる場合があります。このような場合は、事務局にご連絡ください。

**コロナ感染防止をしながら
熱中症に気を付けよう!**

暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

**のどが潤いていなくても
こまめに水分補給をしましょう**

1時間ごとに コップ1杯
入浴前後や起床後も
まず水分補給を

・1日あたり
1.2L(2.0ℓ)を目安に

ペットボトル
500mL 2.5本

コップ約6杯

・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

**エアコン使用中も
こまめに換気をしましょう**
(エアコンを止める必要はありません)

注意 一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

- ・窓とドアなど2か所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する

換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定

**暑さに備えた体づくりと
日頃から体調管理をしましょう**

- ・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度)
- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

水分補給は忘れずに!

資料：『環境省「新しい生活様式」を健康に!』より

(5月末現在)

～ 会員事故発生状況 ～

発生年月	性別	状況	業種	事故の概要	負傷部位等
2年12月	男	就業中	除草	小屋の屋根に溜まった落葉を清掃するため、脚立から屋根に移ろうとした際に足が滑って転落。	背骨

就業インタビュー

- ① シルバーに入会した理由 ② 趣味について ③ 現在の就業について
 ④ 就業に関して特に気をつけている事 ⑤ 日常生活の心がけ(健康の秘訣) ⑥ 今後の抱負など

- ① 再雇用終了後、地元で困っている高齢者のお手伝いできればと思い入会しました。
- ② 海釣り（今は、主に茨城県の大洗、鹿嶋方面）に行っています。
- ③ 高齢者宅のゴミ捨て（月 6 回）と特別養護老人ホーム内にあるデイサービス部の掃除（週 2 回）です。
- ④ 就業場所との往復に使う自家用車の安全運転を心掛けています。
- ⑤ 体力維持の為、市内にあるトレーニングセンターで筋トレ等を行っています。
- ⑥ コロナ禍の中、健康に留意しマイペースに活動していきたいと思います。



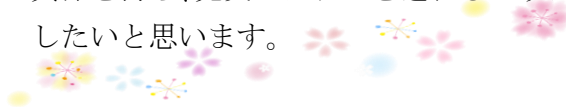
小島 雅夫
(中央)



- ① 定年退職後も体を動かしたかったし、人とのかわりも続けていきたかったので入会しました。
- ② 園芸、手芸、読書
- ③ 昼食の準備、お茶入れなど
- ④ 利用される方が、気持ちよく食事ができるように笑顔で挨拶。衛生面には特に気をつけています。
- ⑤ ラジオ体操。就業のない日には、畑に出て野菜栽培などなるべく外で過ごす時間を多くしています。
- ⑥ 健康に気をつけること、いろいろなものに興味を持ち、充実した日々を送れるようにしたいと思います。



清水 春江
(中丸)



- ① 体調不良で退職後、シルバーのチラシを見て自分のペースで就業できると思い入会しました。
- ② 国内旅行、洋裁（孫の服作り）
- ③ 介護施設でシーツ交換をしています。
- ④ 入居者の安全、安心を第一に細心の注意を払い、楽しく就業しています。
- ⑤ 体調と相談しトレーニングに参加しながら動ける身体を維持していきたいです。
- ⑥ 入居者様に「ありがとう」と喜んで頂くと嬉しくて増々頑張りたいと思います。



工藤裕美子
(東)



- ① 定年退職後、いつまでも健康で元気にいたいと思い説明会に参加し入会しました。
- ② 好きな音楽を聞きながらドライブして各地の季節の草花を見ながらの散歩を楽しみにしています。
- ③ 現在、市内にある会社で清掃作業をしています。
- ④ 皆様に気持ちよく利用していただくため「常に綺麗に」を心掛けて清掃しています。
- ⑤ 毎月歯科医院で歯の検査をして間食は控える。家にいる時は清掃等で体を動かす。
- ⑥ これからも健康で仕事が続けられるよう頑張っていこうと思います。



星野 秀夫
(東間深井)



行事中止のお知らせ

- 1.地域班懇談会
- 2.自動車の安全運転講習会
- 3.シルバーまつり
- 4.会員親睦旅行
- 5.自転車の安全な乗り方講習会
- 6.会員作品展

※健康増進センター内に会員の作品を展示するコーナーを新設しました。
出品希望の方は、増進センター受付にご持参ください。

＊ ＊ りんどうの会 ＊ ＊

「イキイキとまちゃん体操」に参加しませんか？

日時 毎週土曜日
午前 10時から
場所 シルバー人材センター
会議室にて
持ち物 汗拭きタオル
飲み物



- ★ 申込不要です。
- ★ 当日参加 OK です。
- ★ 動きやすい服装、運動靴でご参加ください。

新入職員紹介



野田 由華子さんが、5月1日付で新たに職員として採用されました。よろしくお願ひします。



令和2年度 事業実績

※ () は前年度比 (単位：人)

会員数		地域別会員数			
男	251 (2)	中央	60 (1)	本町西高尾	31 (2)
女	128 (8)	西部	40 (-2)	南部	82 (0)
合計	379 (10)	東間深井	59 (2)	中丸	43 (3)
		東	34 (3)	公団	30 (1)
				合計	379 (10)

(単位：件)

契約件数		請負契約件数内訳	
請負	2,367 (-154)	公共	60 (3)
派遣	27 (2)	民間	303 (-25)
合計	2,394 (-152)	個人	2,004 (-132)
		合計	2,367 (-154)

(単位：万円)

契約金額内訳		請負契約金額	
請負	17,811 (-1,722)	公共	2,517 (49)
派遣	1,274 (-133)	民間	10,427 (-1,424)
合計	19,085 (-1,855)	個人	4,867 (-347)
		合計	17,811 (-1,722)

ぴかぴか運動紹介

令和3年度
第1回 本町西高尾地域班



日時：5月8日(土) AM 8:30 ~
場所：市役所・文化センター周り
活動日：奇数月の第1土曜日





正面玄関

健康増進センターからのお知らせ



PR コーナー

～ご利用の際のお願い～

ご利用の際は、マスク着用、手指の消毒、検温にご協力をお願いします。水分補給のための飲み物は各自でご用意ください。

健康増進センター

【9月からの主なイベント等開催予定】

- ・秋の健康体操（9～11月）
- ・折り紙教室（9月）
- ・第2期フレイル予防教室（9～11月）
- ・よもぎ湯（9月）
- ・ゆず湯（12月）

※新型コロナウイルス感染防止等から中止や変更になる場合もあります

●中止が決定しているイベント

- ・カラオケ発表会・七夕飾り・健康相談・茶道教室

4月1日（木）より臨時休館が明けて、お風呂と野外施設のみの利用ですが、事前予約制で再開しました。市と協議しながら、今後も新型コロナウイルス感染予防対策をとりつつ施設運営して参ります。

またこの度、健康増進センター内に会員の方等の作品を展示し、利用者の皆様に観賞してもらい、楽しんで頂くために「PRコーナー」を新設しました。会員の皆様の出品をお待ちしております。

これからも、利用者の健康と安全を考慮し、利用制限や中止があるかと思いますが、ご理解ご協力をお願いします。

会員の皆様もお風呂に入り、疲れを取り、体を癒してください。お待ちしております。

「事前予約制」にて開館

短歌・俳句・川柳・絵手紙・写真・書道・手芸・スケッチ等の投稿をお待ちしています。第53号以降に掲載します。投稿につきましては、会員番号・氏名を添え、事務局までお寄せください。



渡邊 静子
「福サイフ」



百木田 静男
「カタクリの花」



矢部 紀明
「四季折々」

シルバーギャラリー

編集後記

人類の歴史は、感染症との戦いであったと言われております。会員の皆様におかれましては、このコロナ禍でご不自由を感じておられると思われまます。そこで会員の皆様が、シルバー機関誌を通して、少しでも明るい気持ちで過ごしていただけますよう、担当者一同、心を込めて編集いたしました。ご活用いただければ、ありがたく存じます。

広報部会員一同