

シルバー こうのす

2026
vol.72

9.25 発行



9月1日現在
会員数 663 名
男性 475 名、女性 188 名



ホームページ



Smile to Smile

主な内容

茨城へ日帰り旅行

大洗磯前神社の拝殿前で記念撮影 (P.7 にも掲載)

理事長・役員あいさつ	2~3
令和 8 年度定時総会	
Photo topics	4
就業インタビュー	5
発注者の声	6
互助会日帰り旅行	7
生きがい就業とフレイル予防	
みんなのひろば他	8

- ホームページ
活動や仕事の内容、入会方法などの情報が閲覧できます。
- Smile to Smile (会員専用)
毎月のお知らせや配分金明細書、就業情報 (就業の申し込み) などが簡単に確認できる便利な WEB 上のマイページです。登録にはセンターの発行する ID と仮パスワードが必要です。



理事長

小沢 信吉

会員の皆さまには、日頃から当センターの事業運営につきまして特別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

また、過日の定時総会では、多くの会員の参加のもと開催され、事業計画と予算、役員人事等すべての議案にご承認いただき、誠にありがとうございました。今年度もセンターの基本理念であります「自主・自立、共働・共助」のもと、今後も皆さまとともに事業の推進と活性化を図ってまいります。

さて、人口減少、少子高齢化が進展し、高齢者のより一層の活躍が期待される中、当センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供することなどにより、高齢者の社会参加を促進し、生きがいの充実、健康の保持増進に貢献しております。

特に、関係機関が行った調査研究により、シルバー人材センターに登録し就業している会員は、一般の地域高齢者に比べ、「フレイル」の発生率が34%軽減されることが

明らかとなり、当センターでの就業がフレイル発生に一定の抑制効果があることが学術的にも示されました。

当センターの運営につきましては、昨今の物価高騰、社会情勢の厳しい変化に対応すべく、今年度より事務費率を10%から12%へと改定したほか、鴻巣市や国のご理解により補助金を増額していただき、この難局を乗り切ってまいります。

また、昨年度より運用開始しました会員情報サイト「Smile to Smile」の登録率は、既に82%を超え、業務のデジタル化も大きく進展することができ、今後より多くの情報を発信してまいりますので、必ずサイトの確認をお願いします。

結びに、会員の皆さま、鴻巣市、関係機関をはじめ、発注者の方々のご支援、ご協力を切にお願い申し上げますとともに、会員各位のご健康とご多幸を衷心よりご祈念申し上げます。挨拶とさせていただきます。

令和8年度定時総会



議長を務める白鳥副理事長



川崎葉子市議会議員



並木正年市長

令和8年6月24日（水）川里農業研修センター第3会議室にて、令和8年度定時総会を開催しました。

●第1部 式典

優良会員26名へ表彰状が授与され、会員を代表して岡部裕さんが謝辞を述べられました。また、総会を以って理事・監事を退任される役員3名へ感謝状が贈呈されました。その後、来賓の鴻巣市長並木正年様、市議会議長川崎葉子様よりご祝辞をいただき、第1部は閉会となりました。

●第2部 総会

白鳥副理事長が議長に選任され、新井監事より監査報告、各担当理事より報告事項3件、議案3件の説明があり、説明終了後に質疑に移りました。

その後、採決が行われ、全ての報告事項の了承と議案の承認がなされ、令和8年度の総会が終了しました。

会員総数	646名
議決権数	646名
出席者数	487名※
※代理人選任届含む	

◆ 新任あいさつ



理事 矢内 俊明

令和8年度定時総会において理事に就任した矢内俊明です。

わからない事ばかりですが、先輩理事や会員の皆さまのご指導の下、勉強していきたいと思えます。

微力ではございますが、センターの発展と会員の皆さまのお役にたてるよう務めさせていただきます。よろしく願います。



理事 鶴田 克也

令和8年度の定時総会において理事に選任いただきました。

このたび、初めての外部役員という立場で、シルバー人材センターの運営に関わることとなりました。

理事として何ができるかわかりませんが、シルバー人材センターの発展のために努力していく所存です。で、よろしく願います。



監事 黒澤 章

このたび、鴻巣市商工会副会長としてのご縁をいただき、鴻巣市シルバー人材センターの監事を務めることとなりました。

地域の皆さまが豊かな経験と技術を活かし、いきいきと活躍されることは、地域の大きな力になると感じています。

商工会で培った経験も活かしながら、皆さまとともに地域の発展に貢献してまいります。どうぞよろしく願います。



◆ 退任あいさつ



前理事 野本 任史

令和8年度定時総会をもちまして、理事を退任いたしました。

3年6期という長きにわたり理事を務めさせていただき、その間、多くの貴重な経験と学びを得ることができました。

皆さまのお力添えに支えられ、無事にその責務を果たすことができました。このことを、深く感謝しております。

今後、鴻巣市シルバー人材センターがますます発展されますとともに、会員の皆さまのご活躍とご健勝を心よりお祈り申し上げます。



前理事 大竹 英一

令和8年度定時総会をもちまして、理事を退任いたしました。

役員として3年6期、大変お世話になり、ありがとうございました。なお、役員退任後もシルバー人材センター会員として、清掃業務や各種ボランティア活動を継続してまいります。

会員、役員、職員の皆さまのご健勝とご活躍、そして鴻巣市シルバー人材センターのますますの発展をご祈念申し上げます。



前監事 福島 日出男

今年度の総会におきまして、6年間務めてまいりました監事の職務が任期満了となり、退任いたしました。これも役職員の皆さまのご支援とご協力のおかげ様と、感謝申し上げます。

毎年の監事研修を通じて、その役割と責任を理解し、任務を果たせたと思います。

最後に、鴻巣市シルバー人材センターの更なる発展をご祈念申し上げます。

● 令和8年度

優良会員表彰

定時総会第1部において、永年にわたってシルバーで活躍いただいている優良会員への表彰を行いました。

今年度は、26名の表彰者のうち8名が出席されました。それぞれ施設管理・屋内外軽作業・公園管理・毛筆筆耕など様々な分野で活躍されている皆さんです。

今後もシルバー会員の模範として、ますますお元気で輝き続けることを願っています。

受賞された皆さん、誠におめでとうございます。



後列左から 佐藤事務局長、佐々木 淳一様、徳田 隆文様、宇野 光雄様
後列左から 岡部 裕様、新井 京子様、小沢理事長、白鳥副理事長
柳井 美代子様、稲員 栄二様



Photo topics

7/8 第1回スマホ教室



すっかり生活に欠かせないツールのスマホですが、使い方がわからない…という場面はないでしょうか。

ひよこパソコン教室の講師をお招きし、スマホ教室を実施しました。写真や動画の撮り方や LINE の使い方、シルバー専用サイト Smile to Smile の閲覧方法まで丁寧に指導いただきました。

「モヤモヤがスッキリした！」というお声もいただきました。

5/9 こうのす花まつり



馬室の荒川河川敷にて、こうのす花まつりが開催され、センターのボランティアサークル「雑草クラブ」と「手芸サークル」が参加しました。

吹き荒れる強風にも負けず、会員と来場者が笑顔で交流しました。

秋も市内のさまざまなイベントへ参加する予定です。ぜひセンターのホームページをチェックしてくださいね！

7/29 第1回ドライバー適性検査



運転中、自分がどのような行動をしやすいのか、どんな事故を起すタイプなのか、就業で自動車を使用する会員にむけてドライバー適性検査を実施しました。

トヨタレンタリース埼玉 後藤様の説明の後、図形問題や心理テストのような質問に回答していきます。

結果を通して、ご自身の特性や運転を振り返り、安全運転を心がけていきましょう。

7/15 自転車安全講習会



こうのす自動車教習所をお借りして、自転車を運転する機会の多い会員を対象に自転車安全講習会を実施しました。

今年は4月から自転車反則金（青切符）制度が導入されるなど、自転車側も安全意識を高める機会がありました。

講習会では、鴻巣警察署の指導員のもと、運転中に注意すべき点を真剣に・楽しく学びました。

今号では小中学校の美化業務に就業している会員へ、お話を伺いました。屋外での作業が多い学校美化業務で、皆さんどのようなことに気を付けて就業されているのでしょうか。子どもたちの夏休みも明け、暦の上では秋ではありますが、まだまだ暑い日があります。体調に気を付けて今後とも活躍ください。

インタビュー内容

- ① センター入会のきっかけ
- ② 趣味
- ③ 現在就いているお仕事について
- ④ 就業で気を付けていること
- ⑤ 普段の生活で心掛けていること
- ⑥ 今後の抱負



鴻巣地域

さいとう じゅんいち
齋藤 順一

H28/11/1 入会

「『欲張らない』精神で心身ともに健康」

- ①退職後は自由な生活を満喫していましたが、どこか虚しさを感じるようになり、充実感を求めて入会しました。
- ②家庭菜園です。自宅の庭でトマトやナスを育てています。
- ③中央小学校の用務補助に就いています。
- ④学校内での就業のため、第一に児童たちにケガをさせないこと、第二に自分自身がケガをしないように気を付けています。
- ⑤後期高齢者になったので、何事も「マイペース」と「腹八分」を心掛け、心身ともに健康第一の生活を送りたいです。
- ⑥シルバーの仕事を通じて、世の中の為に生きたい。それが自身の健康と生きがいにつながっていると思います。



鴻巣地域

きくうち ただし
関口 正

R6/5/1 入会

「健康的な生活で仕事も趣味も楽しむ」

- ①67歳まで仕事をしていましたが、孫の面倒をみるために辞め、短時間で働けるシルバーへ入会しました。
- ②旅行です。季節ごとに関東周辺に出かけています。好きな観光地は草津です。
- ③広田小学校の用務補助業務です。
- ④子どもたちの休み時間中に除草作業をする時には、特に周囲に気を配り、安全面に配慮しています。
- ⑤スマートウォッチを使って歩数を測り、1日5千歩以上は歩くように心掛けています。
- ⑥健康に気を付けて、一緒に就業している仲間と楽しく頑張っていきたいです。



吹上地域

すぎうら ふみお
杉浦 文雄

R3/2/1 入会

「テレビを見ながら5kgのダンベルで筋トレ」

- ①仕事を続けることで健康を維持できると思い入会しました。
- ②パークゴルフと散歩です。
- ③大芦小学校の用務補助と水辺公園の清掃です。どちらも週に2日間ずつ就業しています。
- ④すべての作業について、急がず慌てず、確実な作業を心がけています。
- ⑤体を動かすことを意識しています。散歩を1日1万歩したり、家でテレビを見ながらダンベル運動をしたりと、コツコツ体力作りをしています。
- ⑥働くことが健康の源なので、身体に気を付けて、今後も人の役に立てればと思います。





社会福祉法人おひさま会
ふくろうの森保育園
園長 林 愛子 様

〔所在地〕〒369-0131
鴻巣市袋 917 番 9

〔ホームページ〕

ホームページ
QRコード→



<https://www.ohisama-fukurou.net/>

主体性を育て

未来をつくる保育

ふくろうの森保育園は、今年9年目の認可保育園です。同じ建物内に株式会社シードの従業員のお子さんの保育を行う企業主導型保育施設のシード保育園、1年生から6年生までが放課後生活をする学童保育ふくろうの森があり、0歳から12歳までのお子さんが生活しています。当園は『子ども自らが遊びや生活を創り出す』ことを大切に、子どもたちが興味や関心を持ってつづやいた言葉や表情を拾いあつめ、遊びや環境を通して学ぶ保育を行っています。



子どもたちとオクラの収穫

環境を通して学ぶそのひとつが園庭です。当園は森の中で過ごすイメージをコンセプトに園庭を設計しています。その園庭をシルバー人材センターの会員の方にご協力いただくことで整備し保っています。子どもたちの遊びや学びの環境のため芝や草花への水やりや肥料まき、雑草の除去などを行ってくれています。子どもたちに声を掛けられ作業がはかどらないこともあります。地域で見守ってくれる大人の一人として対応してくださっています。私たち職員が園庭環境で

子どもたちの活動や体験を
育む園庭づくり



「キレイに咲くといいね！」

困っていることも「こうするといいよ」と相談にものってくれるので、私たちも心強いです。園庭にあるビオトープを改良しようと子どもたちと取り組んだ時は、植え替える睡蓮をビオトープに入り準備してくれたり、作物の収穫の仕方を教えてくれることもあります。会員の方と会話を交わし、かわることで子どもたちの社会の一員としての体験にもつながっています。



会員・松本さんが芝刈り中。
夏は芝の伸びも早いです。

■事務局より

いつもありがとうございます。子どもたちとの会話を通して、会員も元気をもらっているようです。今後子どもたちが安心して遊び・学べる環境を守っていききたいと思っています。

親睦日帰り旅行

～2026.9.14 大海原を望む神社と海の幸を満喫する旅～

大洗磯前神社



13:00

海岸を見下ろす高台に佇む由緒ある神社。境内は静かで、落ち着いて参拝できました。鳥居の向こうには太平洋が広がっていて絶景！

バスでのお楽しみ



8:30

吹上ワークプラザから農業研修センターを経由して、茨城へ向かって出発！バスの中では、カラオケ・ビンゴなどで盛り上がりました。

めんたいパーク大洗



14:00

明太子工場の見学やギャラリーでゲームなどを楽しみました。もちろんお土産も明太子グルメを調達。家族には何を買って帰ろうかな？

那珂湊おさかな市場



11:30

新鮮な魚介をお買い物＆豪華なお寿司に舌鼓。マグロ・ウニ・エビなどなど、盛りだくさんでお腹一杯になりました。

生きがい就業とフレイル予防

フレイルって何？

「健康」から「要介護」へ移行する前段階の状態のこと。フレイル状態を予防・改善することで、再び「健康」状態へ回復することも十分可能です。研究機関の調査によると、シルバーでの就業がフレイル予防にも役立つとの結果が出ています。



フレイルの原因

身体的側面
筋力低下
運動器障害
栄養不足



精神・心理的側面
意欲低下
うつ傾向
認知機能低下



社会的側面
独居
交流減少
経済的困窮

フレイル予防3つのポイント

栄養：特にたんぱく質をしっかりとる
運動：筋トレ・ウォーキング・ラジオ体操などの無理のない運動
社会参加：趣味活動・ボランティア・サロン活動など

一、デザートも昔ケーキで今クスリ
一、メモ帳のしまい場所にもメモがいる
一、いたわりも耳が遠くて怒鳴り声
一、忘れえぬ女はいるけど名を忘れ
一、この動悸おかしは恋でいま病



あまぬま けんじ
天沼 健治 (鴻巣)

天健流 魂の川柳
〜今も元気?の巻〜

*答えは、2月発行のセンターだよりに掲載



▲ 角 金 銀

5手詰め



やまざき ちから
歩の会
会長 山崎 力

第14回 山ちゃんの詰将棋



▲ 飛 角 金 桂 香

11手詰め (駒余り)



にえだ ちえこ
贅田 千恵子 (鴻巣)

風太 5才

いつも玄関先でまったり過ごしています。郵便屋さんや近所の人を頭をなでてくれます。散歩中のワンコもあいさつに来ます。

我が家のペット自慢



なかやま
中山 のぞみ (鴻巣)

キキ (上) 1才3ヶ月
メイ (下) "

おてんばでイタズラ好きな女の子たち。ちゅーるが大好物!

おおしま かよこ
大島 佳代子 (吹上)

「春のお花たち」
樹脂粘土で作ったお花のアレンジメントです。リアルに見えるように工夫しながら作り上げました。



みんなの作品ひろば

手芸サークル

「ロバの仲間たち」
今にも走り出しそうな、フェルトで作ったぬいぐるみです。作品を月1回集まって作っています。



雑草クラブ

「エコ貯金箱」
夏休みの自由研究をお手伝い。毎月公民館等で工作教室を開いています。



令和8年の夏休みは下記の会場で活動しました。

- ◆ 7月 25日 (土) 田間宮児童センター
- ◆ 7月 26日 (日) 笠原公民館
- ◆ 8月 1日 (土) 箕田公民館

手芸サークル・雑草クラブでは一緒に活動する仲間を募集中!
興味のある方は事務局まで (☎048-569-3006)

編集後記

皆さまのご協力により、シルバーこうのす 72号を発行することができました。原稿や写真をお寄せいただきありがとうございました。

広報部会では、各種イベントや行事を通してシルバー人材センターを広く市民の皆様に周知しています。今後も多彩なイベントが予定されていますので、皆さまの積極的なご参加をお待ちしております。

理事兼広報部会員 小山 薫