

銀齡だより

題字：会長 坂田 亮一 筆

いきいき わくわく 地域のシルバー

TOPICS

- P 3 フォローアップ研修について
- P 4 わくわくプラザ町田 de 夏まつり
- P 5 会長日記・夏休みボランティア
- P 8 就業現場訪問「境川団地清掃チーム」



ミシキギ



センニンソウ



クヌギ



ツリフネソウ



ムクロジ



ヤクシソウ



セイタカアワダチソウ



ツクバトリカブト



マユミ

里山の秋を歩こう

写真提供：里山ウォーキングG. 田中良也

◆◆◆◆◆ 当 面 の 予 定 ◆◆◆◆◆

- 9月1日(火) **堺市民センター第3会議室**
8月分就業報告書受付(14:00~15:00)
入会説明会(13:30~15:30)
- 2日(水) **就業報告書受付 8月分最終日**
入会時研修(13:30~15:30)
- 10日(木) 就業相談会(13:30~15:30)
- 16日(水) 入会説明会(9:30~11:30)
- 17日(木) 入会時研修(9:30~11:30)
- 24日(木) **配分金支払日**
就業相談会(9:30~11:30)
- 10月1日(木) **堺市民センター第3会議室**
9月分就業報告書受付(14:00~15:00)
- 2日(金) **就業報告書受付 9月分最終日**

- 10月6日(火) 入会説明会(13:30~15:30)
- 7日(水) 入会時研修(13:30~15:30)
- 8日(木) 就業相談会(13:30~15:30)
- 21日(水) 入会説明会(9:30~11:30)
- 22日(木) 入会時研修(9:30~11:30)
就業相談会(9:30~11:30)
- 23日(金) **配分金支払日**
- 11月2日(月) **堺市民センター第3会議室**
10月分就業報告書受付(14:00~15:00)
- 4日(水) **就業報告書受付 10月分最終日**
入会説明会(13:30~15:30)

※就業報告書は、町田市シルバー人材センターにて常時受付けています。土日祝日は1階受付に提出箱を設置。

理 事 会 報 告

6月、7月定例理事会、みなし決議を開催。入会、事業実施状況他が承認、了承されました。

◆令和8年度 第3回定例理事会

開催日：令和8年6月24日(水)

- 5月の会員入会承認及び退会、5月分事業実施状況報告、事業報告等に関わる提出書、情報公開規程の改正について承認されました。
- 三役から：小学校統廃合に関わる朝の見守りや、夏休み中の給食配膳などの仕事が増えている。

◆入会承認の理事会みなし決議

決議日：令和8年7月15日(水)

◆令和8年度 第4回定例理事会

開催日：令和8年7月29日(水)

- 6月の会員入会承認及び退会、6月分事業実施状況報告のほか、令和8年度第1次補正予算書(案)、法人法84条に定める取引について承認されました。新役員の登記完了の報告がありました。

- 三役から：第1回会長会参加、町田警察からの感謝状授与。商工会議所会員へのトライアル就業事業の宣伝、「子ども性暴力防止法」についてほか。

◆会員登録 令和8年5月・6月

▼会員登録状況(令和8年6月末日現在)

単位：人

	4月末 会員数	入会員数		退会員数		6月末 会員数	前年 同月比
		5月	6月	5月	6月		
男	1,784	40	15	5	17	1,817	2
女	1,039	40	18	8	6	1,083	99
計	2,823	80	33	13	23	2,900	101

※事業・派遣実績などは、当センターホームページの「センター通信」をご覧ください。「会員情報」→「センター通信」をクリック、または、右のQRコードから



地域連絡会について

忠生地区担当委員、班長、副班長意見交換会 7月3日(金)

『銀齢だより』配付の日に合わせて、忠生地区では班長意見交換会が行われます。

今回は坂田会長も出席し、センター近況などの詳しい説明があり、質疑応答や会員同士の意見交換も活発に行われました。



今後予定されている連絡会

地 域	日 時	場 所
つくし野	9月7日(月) 10時～12時	つくし野コミュニティセンター

【本日の紹介項目】

1. 役員・地区担当委員・地域班長合同会議 6月4日
2. 定時総会 6月18日
3. 熱中症対策セミナー 6月29日
4. ゴミ袋無料配布 6月1～30日
5. 食肉と健康(時間次第) 1/28画像



地域連絡会は、地域のメンバー同士の交流を深め、会員とセンターとを結ぶ機会です。是非ご参加ください。

役員室だより

皆さん、この夏は楽しく元気に 過ごせましたか？

私の友人に市内で農業をしている方がおります。7月末に野菜の収穫体験をさせていただく予定でしたが、ちょうどその日は酷暑日のため、普段外での作業経験のない私は、危険と判断されて次の機会となりました。とても残念でした。



日本の平均気温は100年あたり1.44℃の割合で上昇していて2025年の基準値（1991～2020年の30年平均値）からの偏差は+1.23℃で、1898年の統計開始以降3番目に高い値だったそうです。

今年も予報通りの猛暑で、さらに酷暑日という新たな基準も設けられました。会員の皆さんは、このような天候の中、安全を考えながら就業されていると思いますが、体が暑さに慣れていない初夏や、休み明けで仕事を再開する晩夏には事故が多いと言われています。

9月は平年並みで残暑はあまり長引かないと予報されていますが、「無理をせずに体調を整え、安全を最優先に就業すること」を心がけていただければと思います。

また全国的に、働く高齢者の転倒事故が増えていることが問題になっています。町田市シルバー人材センターでも2025年度に転倒事故が6件ありました。さらに今年度は、4月から7月初めまでの3カ月弱で既に6件発生しております。

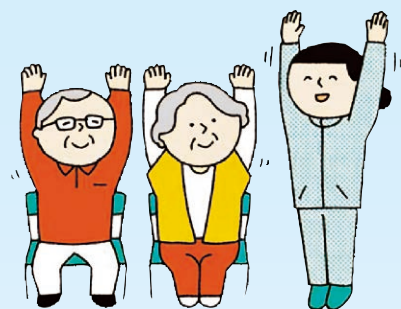
ちょっとした段差でつまずくのは日常茶飯事です、誕生日が来るごとに踏ん張りが効かず、筋力やバランス機能、柔軟性が低下しているのが原因だと分かっています。

しかし、身体は思いどおりになりません。

今年度の下半期に向けて、「いつも若いですね」

「変わらないですね」と会員同士で言い合える体づくりができるように、工夫していきたいと考えています。皆さんご協力をお願いします。

（常務理事 三橋 薫）



事務局だより

入会1年目の皆さまへ

「フォローアップ研修」を開催します

昨年度に引き続き、入会1年目の会員を対象に、「入会時研修」後のフォローアップとして、外部講師を招いた“接遇・情報管理・ハラスメント防止”等の研修を実施します。

令和7年度入会で継続的に仕事をしている会員は、受講を必須としますが、ご希望の方は入会年度にかかわらず、どなたでも受講できます。

<日程>

10/15 (木) 9:30～11:30

10/23 (金) 9:30～11:30 / 14:00～16:00

10/28 (水) 9:30～11:30

11/6 (金) 9:30～11:30

11/9 (月) 9:30～11:30 / 14:00～16:00

11/13 (金) 9:30～11:30 / 14:00～16:00

11/24 (火) 9:30～11:30 <全10回>

※対象会員には個別にご通知いたします。

※ご希望の日時を選択し、電話またはメールで事務局までお申し込みください。

おわびと訂正

『銀齢だより』No.276号内で表記に誤りがありました。訂正しておわび申し上げます。

P2 地域連絡会 町田市防災アンバサダー 鹿沼由理恵さんのお名前の漢字が間違っていました。
誤：鹿沼友里恵さん→正：鹿沼由理恵さん

フラッシュニュース

7月30日(木)「わくわくプラザ町田 de 夏まつり」を開催

多くの参加者との楽しい時間を過ごしました。



麻布大学名誉教授が教える
お肉の豆知識



SDGsについて考えてみよう!

元大学教授直伝イベント



けん玉検定にチャレンジ



利き出汁クイズ



輪投げ



牛乳パックで万華鏡作り



フードドライブ・熊本地震義援金・社会福祉法人まちのひ「ベーカリーひあたり」の人気のパン



「シルバー連 町田」 成瀬八坂神社例大祭（成瀬杉山神社）でお囃子 7月12日（日）



会長日記 6月17日（水） 6月26日（金）

共助会の「食べ歩き会」
市役所2階の食堂で会食をしました。
その後、三遊亭らん丈副議長を表敬訪
問し、そのまま市議会を傍聴。



町田警察より
「令和8年防犯功労者表彰」
を受けました。



学童保育クラブの給食配膳

就業した会員さん宛に、子供たちからお礼が届きました。



夏休みボランティア「わくわくスクール・昔遊び」7月29日（水）町田南第一小学校



専門委員会活動

◆総務委員会

「フォローアップ研修」について

昨年度は200名以上の会員が受講され、「日頃何気なく行っている業務を今一度振りかえってみるよい機会となった」、「時代が変わっていることを認識する必要性を感じた」といった好意的な感想を多くいただきました。今年度もたくさんの会員が参加され、その経験をそれぞれの仕事に生かしてくださるよう期待しています。

入会1年目の会員に限らず、関心のある方はどなたでも受講できます。P3の「事務局だより」に記載の日程をご参照の上、お申し込みください。



◆就業拡大委員会

子どもの安全 地域みんなの願い

4月から登校見守りの仕事をするようになり、家の中に3カ所、登校見守りの日程表を貼り、忘れないように心がけています。また、急用で仕事に行けない場合、メンバーへの連絡がスムーズに取れることも大切です。

指定された場所にはトイレがないので、水分摂取に気を使っています。

子どもたちは、バスの待ち方も日を追うごとに落ち着いて上手になり、友だちとのトラブルもほとんどなく、安心して見守ることができます。

雨の日は、バスの到着と同時に傘をつぼめて乗車しています。一度に30名くらい乗車するので「バスの中では静かにね」「皆が乗れるようにつめてくださいね」と声かけをして乗車させています。

乗り終わったらバスの運転手さんに「運転手さんよろしくをお願いします」と一声かけて「登校見守りの仕事」が無事終了します。運転手さんも慣れてきたせいか、とても優しく対応してくれるので、感謝しています。（登校見守り就業者の声より）



◆広報活動委員会

今後の広報イベントのお知らせ

「シルバー交流会」では、共助会(同好会)の日頃の活動の成果や作品を展示・紹介します。会員と市民の皆さまとの交流を深め、センターの一層の振興・発展につなげようとするものです。今年は10月26日(月)の開催です。

詳細は『銀齢だより』と一緒に配布の共助会報「ふれあい」をご覧ください。

今年は**10月26日(月)**の開催です。詳細は『銀齢だより』

と一緒に配布の共助会報「ふれあい」をご覧ください。

恒例の「わくわくプラザ作品展」は、**10月31日(土)～11月4日(水)**の5日間開催です。皆さまの展示作品も募集しますので同封のチラシをご覧ください、奮ってご応募お願いします。



昨年の様子

◆安全管理委員会



安全は全てに優先します

「傷害事故」多発中！



令和8年7月末現在：計11件

就業中、経路途中で「傷害事故」が多発しています。

「安全第一・自己管理」を心がけ、急いだりあわてたりしないこと

安全は全てに優先する

	転倒骨折	転倒ひび	転倒創傷	転倒打撲	ギックリ腰	挫傷	創傷	計
就業中	2	1	1	1	1	1	1	8
経路途中				2(自転車)			1	3

※令和7年度実績14件に迫る発生状況です。安全を留意され、健全な活動を心掛けましょう。

※まだまだ「残暑日」は続きます「暑さ対策」は「しっかり実施」してください。



「自分の身は自分で守る」という強い意識で自転車を利用しましょう。

＜加入のすすめ！＞「サイクル安心保険」万一の事故に備えた補償(保険)は万全ですか？

◆ボランティア委員会

活動報告とお知らせ

7月22日(水)に町田第一小
学校で開催された「町田市学
校支援連絡会」にて、当セン
ターを含め18の協力支援団
体が、市内の小中学校の教員向けに、プログラム紹介を行
いました。複数校から相談があり個別に対応しました。

7月29日(水)に南第一小学校で「夏休みわくわくス
クール」が開催されました。



9名の子どもたちが参加し、コマ回しやけん玉など
の「昔あそび」に挑戦。90分という短い時間でしたが、
大いに盛り上がりしました。(P5参照)



「いつもの散歩道」や「身近なバス停」を
みんなの力でちょっとキレイにしてみませんか？



今年も10月に地域班主体で主要道路や公的看板などの
「市内一斉美化清掃活動」を行います。ご協力をお願い
いたします。

◆SDGs推進チーム

SDGsこんなことをしています

SDGs推進チームでは5月の『銀
齢だより』に「ミニ講座や趣味のサロ
ンなどの場を自主的・自発的に開催す
る具体的な方法を他団体の実践例などを含め、今年度
の早期実施を目指し検討しているところです」と載せ
ました。



5月に先行している日野市シルバー人材センターを視
察。6月に実行案の作成、正式名称を「わくわくカルチ
ャー講座」と決定し、7月には会員の皆さまに「先生に

なってみませんか」のチラシをお送りしました。

講師募集に応募があるか心配していたのですが、15
名の方からお申込みいただきました。

この『銀齢だより』がお手元に届くころは、講座が決
定いたしますので、興味を引く講座がありましたら、
迷わず受講申し込みしていただきたいと思います。

また、並行して7月30日には「わくわくプラザ町田
de 夏まつり」を行い93人の方に来所いただきました。

詳しくは4頁「フラッシュニュース」をご参照くだ
さい。

来年も、さらに楽しい夏まつりになるよう振り返り
をしているところです。

◆デジタル化推進委員会

「シニアのためのスマホ教室」始まる

8月17日(月)から3週連続で「シニアのためのスマ
ホ教室」が始まりました。講師にはシルバーの会員で、
YouTubeで精力的にスマホやパソコンの使い方につい
て発信しておられる川島玲子さんをお迎えすることが
できました。

これまでの多くの経験を生かした講義と演習で、シ
ニアのスマホ初心者にもわかりやすいスタートが切れ
たのではないかと思います。

今回はサポートを充実させるため、15名の定員で募
集させていただきましたが、応募多数で今回漏れた
方々のための開講も計画していく予定です。

今後の「スマホ登録相談会」の開催日は9月1日(火)
・9月30日(水)・10月1日
(木)・10月30日(金)・11月
2日(月)・11月30日(月)で
9時～13時です。事前予
約をお願いします。



Smile to Smile



歳を重ね、体に優しい食事で認知症予防を続けることは大事です。
特に睡眠をとることと軽い運動が、成長ホルモンの分泌を促して
くれます。成長ホルモンは、大人になっても生命維持に欠かせない
体のバランスを、調整する役割を果たしています。

酷暑の続く毎日です。健康寿命を延ばせるようシルバーの仕事に
励めたら良いですね。

(K記)



就業現場を訪ねて

「境川団地清掃チーム」

境川団地は48号棟からなる広大な集合住宅です。リーダーの露木さんに案内していただき、お話を伺いました。

Q 基本的な業務やシフトや、メンバー構成について教えてください。

A 作業のない日は年末年始のみです。48棟をA、B、Cの3つに分けて順番に清掃します。メンバーは、先の定時総会で90歳表彰を受けた、石井さんを筆頭に男性5名、女性9名の14名で、A、B、Cチーム各3名で構成しています。シフトは全員で順番に担当して作成しています。1回3.5時間、ひとり当たり平均週2～3回の勤務です。

Q 気を付けていること、うれしいことなどを教えてください。

A 時間厳守で集合し開始します。全員で朝礼、終礼をして、確認や申し送りをします。多くの住民から「ありがとうございます、ご苦労さまです」と声を掛けてもらえるのはうれしいです。発注元から支給されたほうきや、ちり取り、カマのほかに、トングやはさみも利用します。ちり取りには飲み物や道具を入れる独自のバッグを付けています。ほうきが体に当たるのを防ぐ「スカート」と呼ばれるカバーは、縫物が得意な会員さんが作っています。「元気で働けて、仲間がいろいろな話ができるのは楽しいです」と明るい笑顔があふれる職場でした。新しいお仲間も募集中です。



後列左から：諏訪・渡辺・尾崎・矢沢・泉・佐藤・
梁田・金澤・露木
前列左から：前田・寺崎・石井・細野



ほうきのスカートはバラエティー豊か



ほっこり休憩中



スカートの制作者
細野さん

35mm フィルム映画上映会

令和8年度 優秀映画鑑賞推進事業

令和8年 発売中 6才～

入場料
1,000円
全席自由

10月24日(土)

① 11:00 真昼の暗黒 1956年/現代ぶろだくしょん/124分/スタンダード
② 15:00 張込み 1958年/松竹(大船)/116分/シネマスコープ

名匠たちが丹精をこめて作り上げた社会派サスペンス

主 催：町田市文化施設指定管理共同事業体(一財)町田市文化・国際交流財団/国立映画アーカイブ
特別協力：文化庁/一般社団法人日本映画製作者連盟/全国興行生活衛生同業組合連合会
松竹株式会社/東宝株式会社/東映株式会社/株式会社KADOKAWA

町田市民ホール ☎ 042(728)4300 <https://www.m-shimin-hall.jp>

東京都指定二次救急医療機関



医療法人社団創生会

町田病院



受付時間 月～金 9:00～12:00 / 14:00～17:00
土 9:00～12:30

休診日 土曜日午後、日曜、祝日

☎ 042-789-0502

東京都町田市木曽東4-21-43



町田病院

訪問看護 ☎ 042-794-6620 定期巡回 ☎ 042-794-6573

ikone

1F リハビリテーションルーム

医療法人社団 久和会

彦根整形外科クリニック

診療：月曜～金曜：9～12時、15～19時 土曜：9～16時 (休診日：日曜・祝日・祭日)

TEL 042-797-6631

町田市常盤町 3560-1

彦根整形外科クリニック 検索

【発行】公益社団法人 町田市シルバー人材センター 【編集】広報活動委員会

〒194-0022 町田市森野1-1-15 (わくわくプラザ町田) TEL 042-723-2147 FAX 042-724-0407
ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/machida/> ホームページはこちらから▶

