

# 松戸市シルバー人材センター はつらつ松戸

## 会員数

男性 1562人

女性 507人

2,069人

令和5年3月末現在

## 編集・発行

公益社団法人  
松戸市シルバー人材センター  
〒271-0043  
松戸市旭町1-174  
TEL 047(330)5005  
FAX 047(330)5008

松戸市シルバー人材センター  
ホームページ  
<https://webc.sjc.ne.jp/matsudo/>  
E-mail matsudo1@sjc.ne.jp

発行 令和5年6月1日

「自主・自立、共働・共助」第72号



### 人から人へ 縁をつないだ地藏人形

作者 安田 せつ子 (3班)

創った動機？ 出会いですね。巣鴨の地藏通りで偶然目にしたんです、可愛い地藏人形！ あれ？ 私にも作れるかな。よし、チャレンジしてみようって。できた人形を玄関に飾って

いたら来る人来る人みんな写真撮っていくの。それで何人かに差し上げたら、あげた先でまた噂が広まって……

手縫いだから時間かかるけど、喜ばれるのが嬉しくてつい夢中に。シルバーでは家事援助。1人の相手に長くお世話できるのが好きです。地藏人形も同じでしょうか。作りつづけてもう千体にはなったかな。多くの人に愛を頂いた合縁奇縁の15年でしたね。



## 若葉の季節です



理事長  
石井久雄

新緑の候を迎え、会員の皆様および役員の方には、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃より一方ならぬご支援ご協力を賜り誠に有難うございます。

さて、松戸市シルバー人材センターもお陰様で、今年で設立30周年を迎えます。更なる発展を目指して、時代の変化にも柔軟に対応出来るセンターである必要があると実感しております。会員の皆様の就業ニーズの変化をとらえ、職域開拓の促進や人手不足分野における職域拡大等、機能強化を図り、皆様の就労に貢献してまいりたいと思っております。今後とも、当センターの発展のため、会員各位のご協力をお願い申し上げます。

最後に、暑い夏が到来いたしますので、就労中は水分補給等を十分におこない、健康第一でお元気に過ごされることを祈念いたしております。

## 女性部会主催

## 地域のつどい

## ～フレイル予防講座とミニコンサート～

## 初開催は大盛況！



「マスク、ポイ！」…最後に参加者全員が一同にマスクを取って「不良市民」に。この後すぐに「善良市民」にもどりました。

声がいつになく弾む。開会に当たって石井久雄理事長は「老化に負けないためのフレイル予防に心掛け、健康寿命を伸ばしましょう」と挨拶。

松戸市健康推進課の管理栄養士と作業療法士の出席したフレイル予防が好評を博した。「三百六十五歩のマーチ」に合わせ、皆さん元気に運動療法。次いで全員参加のじゃんけんゲームが会場を盛り上げて…。PAの大音響が会場に鳴り響く。さあ、お待ちかねのメインイベント、ミニコンサートが始まった。

例年より開花が早かったせいか、散りかけた早桜の花びらを踏んで、みのり台市民センター別館へ多くの会員や市民が詰めかけた。時に晴天の3月30日午前10時、女性部会が心を込めて練り上げた「地域のつどい」の初開催である。佐藤恵子部会長の司会の

野照美さんと賛助会員の坂元龍一郎さんがお得意の歌の数々を披露。佐々木正さんの巧みな紹介で飛び入り参加の小林久芳さん、飯田春美さん、和田喜六さん、北村フミ子さんが熱唱。全員が「高校三年生」の合唱で若返った。

最後の全員写真はちよつとしたサプライズ。永らくマスクにすがって来た善良市民から、こゝでちよつびり不良になつて。そんな写真担当の無茶振りに全員が見事に応えて「マスクポイ！」…。「和気あいあいでもよかつた」「こんど皆で四季の歌なんか歌いたいね」皆さん口々に語り合いながら帰途に。手に手に主催者心づくしのプレゼント「花ポット」が握られていた。

## ◆初開催の成果

参加人数 71名（会員34名・非会員37名）。

## ●アンケートの一部紹介

「歌もフレイル予防もためになりました。食事も気を付けて若返りたい」

「健康面でいろいろ勉強になった。歌もよかつた。飛び入りもつと増やしても」

「フレイル予防の知識もらいました。百歳目指します」

「三百六十五歩のマーチに合わせた体操がとてもよかつた」

「80過ぎの老人が社会にどう参加したらよいか具体的に教えてほしい」

「センターの概要がよくわかつた」「ずっと続けて。毎回参加したい」という声も目立った。



フレイル予防の柱の一つ「社会参加」への導きとなる上でも、

今回の「地域のつどい」は上々の出来だった。(山崎 編)

～事故報告～

- ◆令和4年度発生事故件数 19件  
傷害事故件数 8件  
(就業中5件 就業途上3件)
- 賠償事故件数 11件
- ◆令和3年度発生事故件数 17件  
傷害事故件数 10件  
(就業中9件 就業途上1件)
- 傷害事故件数 7件

【フレイル予防の三つの柱】

- ①栄養  
=高齢者は「粗食でいい」はまちがいは  
=色々食べて栄養バランスを
- ②運動  
=健康長寿は毎日少しの筋トレから
- ③社会参加  
=人と話そう  
=町とつながろう

仲の良い  
誰かさんと  
時々電話で  
もい。路  
傍の立ち話  
でもいい。  
話を交わし、  
笑い合うこ  
とは健康長  
寿のクスリ  
です。

「フレイル」とは、体力や気力、認知機能など、からだやこころの機能が低下して、要介護に陥る危険性が高まっている状態をいいます。

たとえば、これまでしていたことを「やらなく」なったり、「おつくう」になったりしたことはありませんか。これはフレイルの重要なサインの一つ。これを少しでも先送りすることが健康寿命を延ばす鍵です。

### 《フレイル予防》について

- ◆令和4年11月30日
- ・議案第11号 令和4年度第3回収支補正予算について 12・13はなし
  - ◆令和5年1月31日
  - ・議案第14号 顧問契約について
  - ◆令和5年2月28日
  - ・議案なし
  - ◆令和5年3月17日
  - ・議案第15号 令和4年度第4回収支補正予算について
  - ・議案第16号 令和5年度事業計画について
  - ・議案第17号 令和5年度収支予算について
  - ・議案第18号 常勤役員（常務理事）の報酬を定める規程の一部を改正する規程の制定について
  - ・議案第19号 期末手当及び勤勉手当の支給に関する事務取扱要綱の一部を改正する要綱の制定について
  - ・議案第20号 臨時職員就業規程の一部を改正する規程の制定について
  - ・議案第21号 令和5年度役員賠償責任保険（D&O保険）の加入について

### 理事会報告

## 地域班副班長紹介

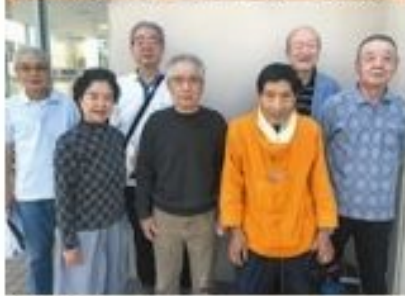
本年4月を以って、地域班副班長の顔ぶれが一部変わりました。ご紹介しましょう。副班長のお仕事については、本紙第66号をご参照ください。

3班：古ヶ崎周辺エリア 241名



(左上から) 大曾根一郎、渡邊憲治、大野末男、村松智、佐藤武雄、岡正  
(左下から) 長谷川輝道、笠原三男、山本博之、下村よし子の皆さん

2班：新松戸周辺エリア 283名



(左から) 桑原勲、根岸敦子、相澤康夫、森田英二、河村光男、佐々木正、中村重夫の皆さん

1班：幸田周辺エリア 132名



(左上から) 小林光雄、北川一男、岩戸忠雄、鈴木耕一  
(左下から) 塚本敦子、村井行雄、杉山泰子の皆さん

6班：高塚新田周辺エリア 73名



和泉進さん

5班：松戸周辺エリア 272名



(左上から) 栗原宣保、市川讓二、和田喜六、信耕一仁、越野剛  
(左下から) 秋元輝美、室谷敬一、富森忠二の皆さん

4班：矢切周辺エリア 95名



(左から) 染井秀雄、出口信隆の皆さん

9班：八ヶ崎周辺エリア 158名



(左から) 加茂欣成、大前アキ子、大久保雅史の皆さん

8班：小金原周辺エリア 182名



(左から) 金井清、若井正幸、木村高明、木下新一、榎井友幸の皆さん

7班：上本郷周辺エリア 174名



(左から) 永多正昭、千種由利夫、三好元樹、滝崎文夫、大野隆司の皆さん

12班：松飛台周辺エリア 190名



(左上から) 角名敦夫、笹森英哲、木嶋正俊、山本巳  
(左下から) 中村敏久、高橋幸子、伊吹和子の皆さん

11班：五香周辺エリア 197名



(左上から) 中田明、西村鉄男、山内眞治、熊谷智寛  
(左下から) 宇賀神収、佐野輝人、山下清志の皆さん

10班：常盤平周辺エリア 181名



(左から) 泉宮敬和、染谷健一、山崎康彦、小野和裕、飯田博、山崎和夫の皆さん

## シリーズ 働くよろこび

## まるでお笑い三人組!?

…と言ったら怒られるだろうな。でもそうとしか言えない和気あいあいの花が、ここ北松戸の高台の広い庭先に咲いていた。「お嬢、取り残しあるよ!」とリーダーの叱咤が飛ぶ。「あっハイハイ!」「ハイは一度でよろしい!」てな感じ。このお三方が今日のエモノだ。

「ではインタビュを」と声をかけると、女性はやおら脱ぎ始めた。「いや脱がなくてそのまま!」とこちらが慌てる。「いろいろと乙女心ですよ」と傍から茶々が入る。上履を脱ぐのは:

## 高崎国枝さんの流儀

乙女心の主だ。聞けばインタビュに備え、化粧をし華やかに着替えてきたらしい。「私のシルバー人生?70歳くらいからです。郷里は愛知県蒲郡。三河湾の、温泉もあって、知ってる? わあ嬉しい。そこから脱出してきたの。」え、脱出?「両親が人様の為ってボランティアばかりしてたの。お小遣いもみな人様にね。それで26歳の時松戸へ嫁いだの。」両親との暮らしの中で先ず人様っていうのがしぜんに身に付いたと高崎さんは

言う。市立病院で長く働き、シルバー入会後は家事援助の仕事

を単独でやっていた。「こちらの皆さんに連れ出されて一緒に草取りを始めたの。でも草くらい取れると思つたらとんでもない

「乙女なもんで」とまたヤジ。「これ以上できないと泣きつく、先輩が厳しいの、こちらお嬢さんなのねえ。夫はいないし、子供には世話かけないと人の2倍3倍やってきました。今77歳

シルバーには高齢の方がごろごろいるので、今はここが私の場所なんです。お金より健康!シルバーだから銀色に輝くように

がんばる!」「これは名言ね!」すかさず取材の女性職員から感嘆の声が飛ぶ。一瞬、国枝さんの顔が紅潮した。



7班 高崎国枝さん

「なア人も喋ることないよ」と次にゆつたり構えるのは、

## 大内紀雄さんの流儀

シルバー歴はまだ5年ほど。会社歴が75歳までと長かった。こちらは宮城県閑上のご出身。

といえは思い出される13年前の大津波。町もろともご実家もご親戚も全滅という悲惨な目に遭

った。つぶやくように語る口調の底には、まだたつぷりと涙の海がある。「草なんて取つてもすぐ生えてくる。でもこうして

しつかり取つて土が見えないとお客さん満足しないんだ」と笑う。「膀胱がんにやつて大腸ポリープ

取つて、いま身体は何ともなし。煙草はずつと前にやめた。「趣味は?「酒だな」と即答。さらに将棋、野球観戦、麻雀とつづく

野球以外は相手がなくもつぱらパソコン相手。「まだまだシルバーさんにはお世話になります!」きつぱりと言ひ、好々爺の顔をカメラに向けた。



7班 大内紀雄さん

「大トりの出番で、す」女性職員の声に間を置かず、日に焼けた精悍な顔が現れた。

## 三好元樹さんの流儀

お嬢にヤジを飛ばしていたリーダーだ。庭の石に腰を下ろすと床几に腰かけた殿様みたいだ。それもその筈、「四国は三好長慶(ながよし)の一族です」とのたもうた。三好ちようけいと

も言う。戦国大名の走り、一時は阿波、関西一円に大勢力を張った。猛将だったが情け深さが弱点だったらしい。元樹さん

また然り。若い頃いた埼玉・川口の寮では寮長をやらされ、「その後何処へ行つても班長など押し付けられ…」とこぼすが満更

ではない表情。世話好きは戦国大名のDNAか。愛媛は大三島の大王製紙パルプの匂いの中に

育つた。大学で設計を学んだのは父上のDNAらしい。大阪のイケヤ・ジャパンに入社。大阪

にいたかったがなぜか出向社員として東京転勤。その後各地を転々とし結婚後、「聞いたこともない松戸で中古の家を手に入れた

運命だなア」とこれも満更ではない顔付き。

新橋勤務が長かった。「仕事

も一生懸命、アフターファイブも一生懸命。毎晩新橋の酒場巡りで最終電車。大宮、蒲田を折り返し、終点で追い出されてタクシー代何十万払ったかなア」。

生来好奇心のかたまりとは本人の評。市の生涯学習で遊んでいた時、一緒の大内さんに誘われてシルバーに入会した。「専門

が設計なので家具の修理など希望したけど駐輪場ばかりきてね逃げ回ったけど、とうとう袖摺



ヤバイ、話がまた盛り上がるぞ。インタビュ―強制終了。もう終わり？三好さんは話し足りなさそうに破顔した。草取りの話は少なかったが、この人の好奇心、話好きは



7班 三好元樹さん  
「これだっ  
て好奇心  
まれて。  
いつの間  
にか草取  
りです。」

の結果だ。好奇心は止まらず、ボランティアで農園管理を頼まれ、ミカン、ブルーベリー栽培にまで手を伸ばす。筆者まで誘われそうになった。「外にもいろいろ誘われて、プラブラしてる時間ないんですよ。5月の春日部マラソンに出るんで明日から断酒です。」年に4回は各地のマラソンに出場するいわばマラソンフェチ。本番数か月前には酒、炭水化物を寄せ付けない本格派だ。「（私も食っちゃ寝の正月、ダンナに騙されて指宿マラソン走りました！寒かったア！」と女性職員もつい乗る）

天与のもの。リーダー力はその裏返しかも。そんな想いにさせられたのは、単にこの日の天気过好過ぎたせいだったか。

### 笹森英哲さんの流儀

「今日は笹森さんへのインタビュ―が印象的でした。この人のシルバー観、眼からウロコでした！」（え？いきなりの告白に意表を突かれる筆者）「人から感謝され、喜ばれ、それでいてお金をもらい、太陽を浴びながら、気持ちよく仕事ができる組織はないっていうのです。それまでのサラリーマン稼業を定年退職して、早く自由になりたかった。でもいざ自由になると半年で飽きた。好きだったリフレッシュの温泉もなんかつままない。シルバーに入会し、人のために働けることが自分の生き甲斐に一変した。シルバーではいろいろな仕事を経験出来る。いろいろな人に会える。もう最高だと。衝撃でした。きついことや辛いことがあっても、いつときすれば笑い話のいい思い出になる……なるほどなア。人に喜ばれる仕事ができるって仕上げたなあ、と感じました！」インタビュ―後に同行の女性職員が筆者に洩らした感想だが、むしろ「感動」と言った方が早い！

笹森さんとは4月半ばの、好天気だが黄砂降る昼、女性職員と氏の仕事先でお会いした。笹森さんは口調は溫和だが、どこか可笑しく、半分は皆で笑いこけていたような気がする。筆者もこのインタビュ―は彼女の感動に尽きると思った。が、オトコの面子もある。仕事の流儀を少し補足しよう。

氏は単発作業班だが、重視している基本は「下見」だという。わずか2時間前後の仕事でも、前もって現場を見せてもらい、作業の段取りをお客様に説明し納得して頂く。それがお客様のリピートにもつながる。ここは強調して笑ったが、几帳面な12班班長に相応しい流儀と納得した。

郷里苦小牧を離れ、旅行会社の添乗員と運送会社の事務とで人生の大半を過ごす中で人間社会の酸いも甘いも経験した。シルバーでも冬の遺跡発掘調査、雨天の新築住宅案内の看板持ち、墓地の空地測量など辛い仕事はあった。「カミさんは断ればいい、ほんとにバカだと笑うけど、僕断ったことないんだ。その仕事って一生の間に巡り会えるかどうかの貴重な体験なんだよね。よくぞシルバー！とこの組織に

感謝です」。幸も不幸も気の持ち様一つか。仕事の後のお楽しみは、煙草と珈琲と活字とイーギリスニング。つい筆者には「所詮男の行く道は／なんで女が知るものか（歌謡曲『男の純情』と聞こえた気がしたが、空耳だったらしい。女心にすっかり届いた純情一途なのだ。



12班 笹森英哲さん

（取材／井上・山崎◎）

## 会員のひろば

### 会員の熱意に桜も応えて

7班 三好元樹

新型コロナの影響で地域班7班会員同士の交流がない日々が続いていましたが、感染者の数が減ってマスクも個人判断になったため、瀧崎班長の立案でお花見開催を呼びかけました。4月2日昼の松戸市運動公園に15名が参集。なんとか持ちこたえてくれたソメイヨシノの下で和気あいあい。久し振りの外での飲み会で楽しい一時を過ごしました。最後は皆さん、缶、ビン、ごみ類をきれいに持ち帰り、さ



### 明日は「わが耳」

5班 大谷敏博

最近手話を習い始めました。たまたま知り合いの方がすこし耳が遠い難聴者だったのがきっかけです。まだ買い物レベルですが、このごろ駅やスーパーなどで難聴の人を目にします。私も高齢。難聴は明日のわが耳です。手話の大切さを広めていきたいと思っています。

さすがにシルバー会員の集まりと感心しました。今後は班内はもとより、班の垣根を越えて交流を深めてゆこうと誓いあいました。

### 定時総会開催のお知らせ

令和5年度定時総会

日時 令和5年6月23日(金)

午後1時

場所 松戸市シニア交流センター

2階大会議室

会場の都合上、総会出席は委任状または議決権行使書のご提出によりお願い申し上げます。

### センター・ダイアリー

#### ◆用水路清掃ボランティア

1月26日、理事長含め、会員有志でセンター周辺の用水路清掃を実施。想像を超えるゴミの量で、あとは見違えるほど綺麗になりました。(事務局井上)



#### ◆初めての社外講演

2月16日、地域班3班の依頼を受け、明第2西地区の高齢者支援連絡相談員の勉強会に石井理事長、山本理事、聖徳大学赤羽元教授、櫻井の4名出席。民生委員の方々から30名に対し「高齢社会における人材センターの役割」と題して櫻井佳子が講演しました。つづいて①松戸市総合計画の概要②当シルバー人材センターの役割③軽度生活援助



#### ◆高齢者の外出を支援！

#### ラビット・シャトル始動

サービス④福祉有償運送サービスの紹介を行いました。講演後の質疑応答も皆さんよどみなく、初めての社外講演で緊張しましたが、次回につながる良い経験になったと感じております。(事務局櫻井)

助けたいを応援します!

早く対応! ラビットシャトル

便利で安価な、送迎サービスをぜひご利用ください。

047-330-5005

松戸市シニア交流センター

当シルバー人材センターの福祉有償運送サービスに愛称が付けました。今年の千支「兎」に因み「ラビット・シャトル」。

市内の病院、美容院、買い物などに行きたいけれど、足腰が弱くてバスや電車は苦手。そうした方には安価

な送迎サービス、ラビット・シャトルが便利です。事故保険完備、国土交通大臣認定の親切な運転手さんが待機中です。

#### ◆「緑と花の祭典」でPR活動

晴天の4月29日、広報部会は21世紀の森と広場「つどいの広場」で開催された、恒例の「緑と花のフェスティバル2023」に参加し、当初の計画通り200名の市民にアンケートを実施しました。お答え頂いた方には



#### ◆人気!! 中高年のための

#### スマホ・パソコン教室

ある日、シニア交流センターに人気の「スマホ・パソコン教室」を訪ねた。え?「一組だけ?」「はい、全部個人授業ですから」。2006年開設の3代目リーダー亀山英夫講師だ。「初めはグループ授業でしたがうまくいかず、8年前マンツーマンに切り替えました。」「初心者の方量に合わせて教え方で評判になった。最



講師左から坂口忠司(2班)、亀山英夫(8班)、米山裕二(8班)、無木ゆかり(9班)、伊原孝一(2班)、松井恵一(8班)、寺本和良(11班)、大野晃(5班)の皆さん

者は「注文や申請は電話よりパソコンのほうが早い」と便利さを強調。

パソコン歴30年のベテラン講師無木ゆかりさんは「教室は高齢者の拠り所の面もあるようです」と解説。障害のある方には自宅訪問授業も行う。悩みは講師不足で、継続募集中だ。デジタル社会の到来を痛感する昨今、スマホやパソコンの習熟は高齢者にこそ必要な時代のようにある。

★①開催日 火・水・木曜日

近はスマホとタブレットが人気。スマホはお年寄りが遠隔地の孫とラインで話したい。タブレットは子供が学校の授業で使うという理由だ。受講者はすでに6千名以上。毎月約10名の申込みがある。

- ②開催場所 松戸シニア交流センター／新松戸市民センター／常盤平市民センター
- ③受講料 2時間2500円  
申込など詳細はセンターの「スマホ・パソコン教室担当」へ。  
電話 047・330・5005
- 令和4年度賛助会員の皆様
- 個人会員(敬称略)
  - 伊藤司郎 梅本真
  - 矢葺博明 田中英信
  - 佐々木 雅子 傘木 則夫
- 法人会員
  - 松川産業株式会社
  - 有限会社中田化成
  - 株式会社TAKEUCHI
  - 株式会社東松園

事務局からのお知らせ

◎会費納入のお願い

会費納入のお願いを送りしています。納入の際はできるだけお送りした圧着はがきによりコンビニエンス・ストアでお支払いをお願いします。金融機関でお振込みの場合は左記口座へお願い致します。

振込先 千葉銀行小金原支店  
普通口座 3029246  
公益社団法人松戸市シルバー人材センター理事長 石井久雄

常勤理事・事務局の紹介

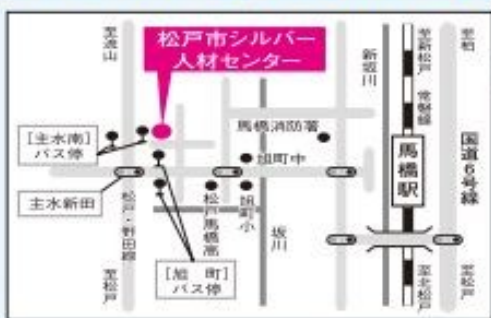
理事長	石井 久雄	職員	櫻井 佳子 (民間・除草)
常務理事	岡村 隆秀	臨職	村上 強 (民間)
事務局長	鈴木 暢	主事	太田 眞己 (家事援助・元気応援・福祉有償)
<b>業務係</b>			
事務局長補佐	島尻 智子 (駐輪場)	職員	関 由紀 (植木・家事援助・元気応援・福祉有償)
臨職	内木 武男 (駐輪場)	臨職	小河原 悦子 (家事援助)
臨職	吉林 啓二 (駐輪場)	臨職	安蒜 康弘 (援助券その他)
<b>庶務係</b>			
主査	小野 大輔 (放置防止・公共その他)	主事	井上 有希
臨職	松岡 正浩 (放置防止・公共その他)	主事	柿崎 祐子
臨職	戸張 雅俊 (除草その他)	臨職	鈴木 昌夫

▼第73号原稿募集中!!  
(令和5年10月1日発行)  
各種報告・感想文、写真、  
各種文芸他||締切8月20日

編集後記

2020年1月。クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」からもたらされたコロナ騒動。全世界を席巻したコロナ禍も漸く終焉を迎え、我が国では5月8日には感染症法の扱いも2類から5類に変更された。ゴールデンウィークの人もコロナ禍以前にもどり関係業界等々には喜ばしい事である。先日6回目のワクチン接種の案内が届いた。個人的には、今まで通り気を抜かず感染対策をしながら楽しく過ごして行きたい。(山本(編))

公益社団法人 松戸市シルバー人材センター



〒271-0043 松戸市旭町一-一七四  
TEL 047-313-0150  
FAX 047-313-0150  
月曜日から金曜日  
午前8:30～午後5:00  
土・日・祝日及び年末年始は  
お休みです。

※県立松戸馬橋高等学校を目印にお越し下さい。  
JR馬橋駅西口より徒歩25分 JR馬橋駅西口発(京成/バス)松戸駅行き 旭町下車3分