

武蔵村山

シルバーだより

人生100年時代! 働く喜び・出番ですよ! あなた

全戸配布

2026

3月15日

通巻67号



むらやま自然百景

里に咲くひとひらの春

撮影場所：岸四丁目

写真同好会 佐藤 榮一

シルバー人材センターで働きませんか

おおむね60歳以上の方、募集中。80代も大歓迎

※詳細は裏表紙をご覧ください。

植木・除草
初心者大歓迎

目次

- ◆ 令和8年度に向けて
- ◆ 東大和警察署「詐欺被害防止」講話

- Tokyo シルバー 50 周年フェス..... 2
- 令和8年定期総会 6月19日開催..... 2
- 清掃ボランティア活動..... 2
- 働く仲間の声/明日への一文字/花ごころ..... 3
- 頑張ってます/私の健康法/村山弁クイズ²⁹..... 3
- 出張説明会を開催します/防災食育センター見学/入会のご案内..... 4
- シルバー認知度アンケート/自転車道剪定作業..... 4

公益社団法人 武蔵村山市

シルバー人材センター

〒208-0011

武蔵村山市学園 4-2-1

電話 (042)564-1081

FAX (042)562-9077



武蔵村山シルバー

検索

令和8年度に向けて

若王子映子会長ご挨拶



会長
若王子 映子

皆様には、日頃よりシルバー人材センターの活動に温かいご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

皆様には、日頃よりシルバー人材センターの活動に温かいご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨年、猛暑や大雨など厳しい気候が続きました。会員の皆様には、熱中症対策や作業時間の調整等ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。令和8年度も無理のない就業を第一に、健康管理と安全対策にしっかりと取り組んでまいります。

東大和警察署「詐欺被害防止」講話

会員の安心・安全のために

詐欺被害が急増する中、当センターは、警視庁東大和警察署の協力を得て1月23日、センター会議室で、まず「詐欺被害防止講話」として、同署生活安全課防犯係の伊藤巡査部長と鈴木防犯活動アドバイザーから管内の現状と対策について聴講しました。

講話冒頭で明かされた管内（東大和市・武蔵村山市）の被害は極めて深刻なものでした。昨年1年間に管内で被害届けがあったのは全部で45件、被害額にして約3億円。このうち当市は19件、約9千万円にも上りました。しかも、これは「氷山の一角」とされ、こうした驚きの実態からも被害防止には万全を期さねばなりません。

このため両講師からは対策として①最近、話題の国際電話番号をブロックする「デジポリス」の活用②警察、銀行などを「名乗る電話」はすぐ切る③「知らない人」「知らない番号」の電話には

の暮らしの利便性も高まります。安心してご利用いただけるよう、サポートいたしますので、まだ登録のお済みでない方はどうぞお気軽にお声掛けください。

さらに地域の皆様には、ぜひ新しい仲間としてセンターにご入会いただければ幸いです。皆様の豊かな経験や知識は地域の力となり、ここには、その力を活かせる場がございます。

新年度も会員の皆様と共に笑顔あふれるセンターづくりを努めてまいります。新しい仲間との出会い、そして繋がりを深める交流会も予定しておりますので、ご参加ください。

皆様が生きがいをもって活躍できるセンター運営を、役職員一同、心をひとつにして進めてまいります。

最後に、新しい年度が、皆様にとって健やかで実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

絶対出ないーなど徹底して対応するようアドバイスを受けました。

その上で会員であれば「万が一の際に仲間と相談したり、普段から情報交換したりしておくのも重要で効果的」との指摘もありました。

講話の最後には、会員の利用頻度が高い自転車の扱いについて言及があり、今後、罰則が一段と強化されることからルールを順守していただきたいとの呼びかけがあり、このほか「空き巣狙い」の防犯対策など広範にわたる詳細かつ熱のこもった指導、解説が行われました。

今回の講話は、会員が詐欺被害に遭うことなく、安心・安全な日常での就業ができるようにとの思いから当センターが企画したもので、これを契機に同署の指導・協力のための啓発活動に取り組みしていきます。



令和8年定期総会 6月19日開催

令和8年定期総会は、6月19日(金)午後2時から武蔵村山市民会館小ホールで開催予定です。

清掃ボランティア活動

毎年11月第3木曜日に実施

当センターは、清掃ボランティア活動に関する社会奉仕活動委員会(委員長・福本京子副会長)の協議結果を受け、毎年11月第3木曜日を「社会奉仕活動の日」として、この日に実施することとしました。当日、雨天の場合は翌日実施となります。

これは活動に計画性を持たせることで、参加会員や事務局の事前準備等が効率よく進められるとの判断によるものです。

当センターの清掃ボランティア活動は22年の歴史があり、コロナ禍の間は一時中断しましたが、昨年は3月8日と11月20日の2度にわたって、市内各所に設置された避難所等案内板の清掃と経路のごみ収集を行いました。



Tokyoシルバー50周年フェス 注目集めた当センターブース

シルバー人材センターが全国で初めて東京都に創設されてから50周年になるのを記念して「Tokyoシルバー50周年フェス」(主催・東京しごと財団)が令和7年10月23日、開催されました。

この日、会場となった東京ドームシティプリズムホールには、全58団体が集結。それぞれ独自色をアピールしようとして工夫を凝らしてブースを飾りつけ出展。

当センターは、「しるばっ娘」(3面に関連記事)を動員して臨みました。結果は「手応え十分。当センターの熱量をしっかりと感じ取ってもらえました」(事務局)。

記念式典では、小池都知事からの挨拶の後、塚本成美同財団理事の基調講演に続き、テレビ番組「笑点」でお馴染みの桂宮治さんが「落語とコミュニケーション術」をテーマに巧みな話術で、特設会場に詰めかけた300人を超える来場者を沸かせました。

当日の入場者は、一般の来場者も多く、主催者発表で1,300人でした。



働く仲間の声 22

仕事が好きで楽しく

シルバーさんに感謝



おおもり 大森 藤枝さん

シルバーさんにお世話になって26年がたちました。何より仕事が好きで楽しく、友達づくりと老化防止にとっても役立つています。

今年、私は「年女」で、6月24日には満96歳になります。耳が少し遠くはなりませんが、それ以外は大丈夫。会員番号もちゃんと言えますよ。

生まれが農家なもので、働きの者の両親の姿を見て育ったからでしょうか、とにかく働くことが大好きなんです。

特に父の影響は大きく、父が書いて部屋に飾っていた「朝は人より早く、納めは人より早く」といった言葉が今も忘れることなく、頭の中に染み込んでいます。

今のお仕事は公園(東大南児童遊園)の除草とごみ収集で、3人でやっています。

このほか趣味として市民農園も手がけています。出かけるときは、いつも三輪自転車です。ここまでこられたのは、シルバーさんのおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。

明日への一文字

志

中村 太一

今回、登場していただいた大森さんは、就業中の全現役会員の最高齢者。岡さんは、男性現役会員2番目の年長者です。

体が動く限り

ずっと仕事を続けたい

シルバーに入会してホントによかった、欲を言えば、もっともっと仕事したい、これが今の私の素直な気持ちです。83歳まで会社勤めをしていました。その後、しばらく家でボートとしていたが、これは辛かったです。そんなとき市報でシルバーの会員募集を知り、早速、入会しました。

現在は、設楽晴夫班長のもと、大南公園と大南一丁目南、西大南三丁目の各児童遊園で除草、清掃に携わっています。班長さんも仲間の皆さんも、みんな親切な方たちで気が合い、仕事がとても楽しいです。

仕事中は、ムダ話は一切せず、仕事に集中します。仕事がついとと思ったことは、一度たりともありません。何もせずに家にいるほうがはるかに辛いです。



おか ひろみ 岡 廣實さん

この5月で満92歳になります。体が動く限り、ずっと仕事を続けていきたいです。

花ごころ

落ち葉舞い毎年恒例掃き掃除

校庭の片隅に黄色い落ち葉の袋が幾つものできます

市来 輝久作

頑張っています

手芸品制作・販売グループ「しるばっ娘」センターになくてはならぬ「看板娘」に成長

「しるばっ娘」が誕生して23年。今や私たちのセンターには、なくてはならぬ文字どおりの「看板娘」となりました。

広告塔としての役割を見事に果たしたのが「しるばっ娘」50周年フェスでした。このイベントは、都内58団体の交流・事業紹介が主目的だったとはいえず、やはり「我がセンターこそは…」の意気込みでブースを飾りつけ、独自色を打ち出して競い合う場でもありました。

会員数など規模の大きな団体ほどそうした傾向が顕著でした。その中にも「しるばっ娘」が丹精込めてつくり上げた多彩な数々の手芸品をメインにした当センターのブースは、堂々たるもので、一般来場者や他団体関係者の足を引きとめるには十分でした。

事実、今年の干支にちなんだ「午(うま)の手芸品は、展示した10体がアツという間に完売。さらに洋服、帽子まで売れました。

加えて多くの団体関係者から「しるばっ娘」の活動、運営などについての質問が相次ぎました。

店番に当たった小笠原洋子、荒田貴子、守谷けい子のメンバー3人の皆さんは異口同音に「予想以上の反響で、センターのお役に立ててホッとしました」と話しています。

今回の都内出展初挑戦での成功は、「しるばっ娘」の長年にわたるメンバー全員のイキの合った、ひたむきな努力、頑張り、そして彼女たちを温かく見守り続けてきたセンター関係者の一貫したバックアップがあったからこそ、と言えるでしょう。

(文責・井上保夫広報委員)

私の健康法

そりまち かおる 反町 薫さん

朝、目が覚めると今日も大丈夫かな?と自分に問いかけます。目と手、指をゆっくり動かし、それから腹筋に力を入れて起き上がります(体を起こし、軽く深呼吸を2、3回繰り返します)。「よし、今日も大丈夫!」と思えたら、ゆっくりと立ち上がり、軽く四股を2、3回踏みます。その後、冷たい水をコップ一杯飲み干します。続いて、熱いコーヒーを一杯飲んでから、パンや卵焼き、サラダなどの軽めの朝食をとります。窓から空を眺め、気持ち仕事モードになったら、作業服に着替えます。休日このルーティンを変えません。これが、私の毎日の健康法です。

【あなたの健康法を募集しています】

氏名・電話番号をご記入の上、件名を「私の健康法」として、当シルバー人材センターへハガキやFAXなどでお寄せください。

村山弁クイズ⑳ 次の言葉の意味は?

Q 「たっぺ」

官製はがきに①答え②氏名③住所④年齢⑤感想を記入し、**3月31日(消印有効)**までに当シルバー人材センター「村山弁クイズ⑳」係までお送りください。

抽選の上、粗品をお送りします。なお当選者は発送をもって代えさせていただきます。

※ 前回村山弁クイズ⑱の答え Qへだあかすだあ A「なんてことない」など たくさんのご応募に感謝します。

防災食育センター見学

「防災都市」の当市の新たなシンボルとして昨年4月から稼働している防災食育センターを12月3日、若王子映子会長ら役員・会員有志で見学しました。

同センターは「最先端設備・システムの集積施設」と言われ、この日の見学では、アレルギー物質の誤混入を防ぐ最新の専用調理室など、その一端に触れることができました。

また、食材の部は、市内22軒の農家の皆さんから年間を通し25種類もの野菜類の提供を受けており、センターが「地産地消」の地元・体型的食育拠点であることも強く印象に残ったところで

シルバー認知度アンケート

昨年11月のデエダラまつりにおいて、2日間にわたりシルバー人材センターの認知度アンケートを実施しました。多くの皆さまにご協力いただき、ありがとうございます。

来場者を対象に特に年齢制限などを設けず様々な年齢層の方にご協力いただきました。シルバー世代ではない方々には「両親や祖父母に「将来の会員に」と、幅広くPRを行った結果、アンケートでは好印象を持つ方が多い反面、事業内容が分かりにくいとの声がありました。今回の結果を踏まえ、今後のPRやサービス向上に努めてまいります。

アンケート結果 (単位:人)



出張説明会を開催します

毎月第3水曜日にセンターで開催している入会説明会に参加できない方向けに、出張入会説明会を開催いたします。

説明を聞くだけでもOKですので、どうぞお気軽にお越しください。

場所：残堀・伊奈平地区会館 集会室
日時：5月25日(月) 14時～

参加方法：センターに電話連絡の上、当日お越しください(当日の飛び込みも可能です)

写真同好会からのお知らせ

写真展を開催します
場所：武蔵村山病院1階ロビー
期間：4月1日(水)～4月30日(木)

自転車道剪定作業

恒例の野山北公園自転車道の中低木剪定作業が2月2日から10日間の日程で、除草班と未就業会員の合同チームにより行われました。

作業距離は番太池から中原経塚向児童遊園に至る3.5km。この自転車道には300本の桜からなる当市自慢の「桜の回廊」があり、今季も市民の皆様にお花見を存分に楽しんでもらえるよう一生懸命作業を進めました。

会員の方へ(働く方募集！)

HPでお仕事を探す

- ①センターHPで募集情報を確認
<https://webc.sjc.ne.jp/musamura>
- ②気になるお仕事があったらセンターへ連絡
- ③条件が合えば就業開始！



Smile to Smileでお仕事を探す

- ①会員用サイトSmile to Smileの「就業情報」を確認
- ②気になるお仕事を「希望登録」
- ③センターからの連絡後、就業開始！

編集後記

本号編集作業中に、会員の仲間から誘われて、味噌作りを行いました。味噌作りはもちろん初めてです。いろんな経験をして来た人達の集まりなので、なんでもできます。半年後に出来る上がる予定ですが、結果はいいに。広報委員会委員長 寺本雅一

事務局からのお知らせ

【これから会員になる方へ】

毎月第3水曜日午後1時30分から入会説明会を開催しています(要出席前予約)。

- 持ち物：①認印
②マイナンバーカードまたは免許証など生年月日・住所を確認できる書類
③筆記用具
④年会費2,000円

※駐車スペースが限られていますので、お車での来所はご遠慮ください。

しるばつ娘 新メンバー募集中

私達は、和服地で洋服や小物を手作りするサークルです。着物地が大好きな方、縫うことが大好きな方、一緒に楽しく作りませんか？
活動の日は、月・火・金の10時～15時です。
見学大歓迎、気楽に来てください。
応募は、042-564-1081センターまで

刃物研ぎのご案内

毎週火曜日にシルバー人材センターで刃物研ぎを行っています。(祝祭日・年末年始除く)
※詳しくはシルバー人材センターまでお問い合わせください。

料金(一例)：家庭用一般包丁 500円 出刃包丁 600円 刈り込みバサミ 600円 剪定バサミ 500円 料理バサミ 400円

シルバー人材センターで働きませんか！

生き甲斐・仲間づくり・社会貢献

- ・植木剪定 ・除草作業 ・空き家管理 ・家事援助(清掃、調理・買い物等) ・軽易な大作業
- ・筆耕 ・刃物研ぎ ・パソコン訪問サポート ・襖・障子・網戸張替え作業 ・市報配布
- ・施設管理 ・ヘルパー事業・各種清掃 ・駐輪場管理 ・児童見守り ・保育補助など

要予約 まずは入会説明会のご予約をお願いします

公益社団法人 武蔵村山市シルバー人材センター

☎042-564-1081

毎月第3水曜日開催
センター会議室
13:30～

