

練馬区シルバー人材センター



事務局だより

第495号 (令和8年6月5日)



令和8年度 安全就業標語

転倒防止 フレイル予防の 積み重ね

野口 達雄さん



第16回定時総会(令和8年度)のお知らせ

総会のお知らせを 5月29日(金)に全会員に郵送しました

日時:令和8年6月23日(火) 午後2時~(午後1時開場)

場所:場所:練馬文化センター 大ホール (西武池袋線「練馬駅」下車徒歩2分)

📧 郵送物

- 1 議案書
- 2 案内状・出欠等通知書(A3判)
- 3 出欠等通知書の記入例(A4判)
- 4 返信用封筒

詳しくは2ページをチェック!

お知らせに同封した「出欠等通知書」を
必ず返送してください。

返送期限:**6月9日(火)**

返送には同封した返信用封筒を
ご利用ください。

【今号の主な内容】

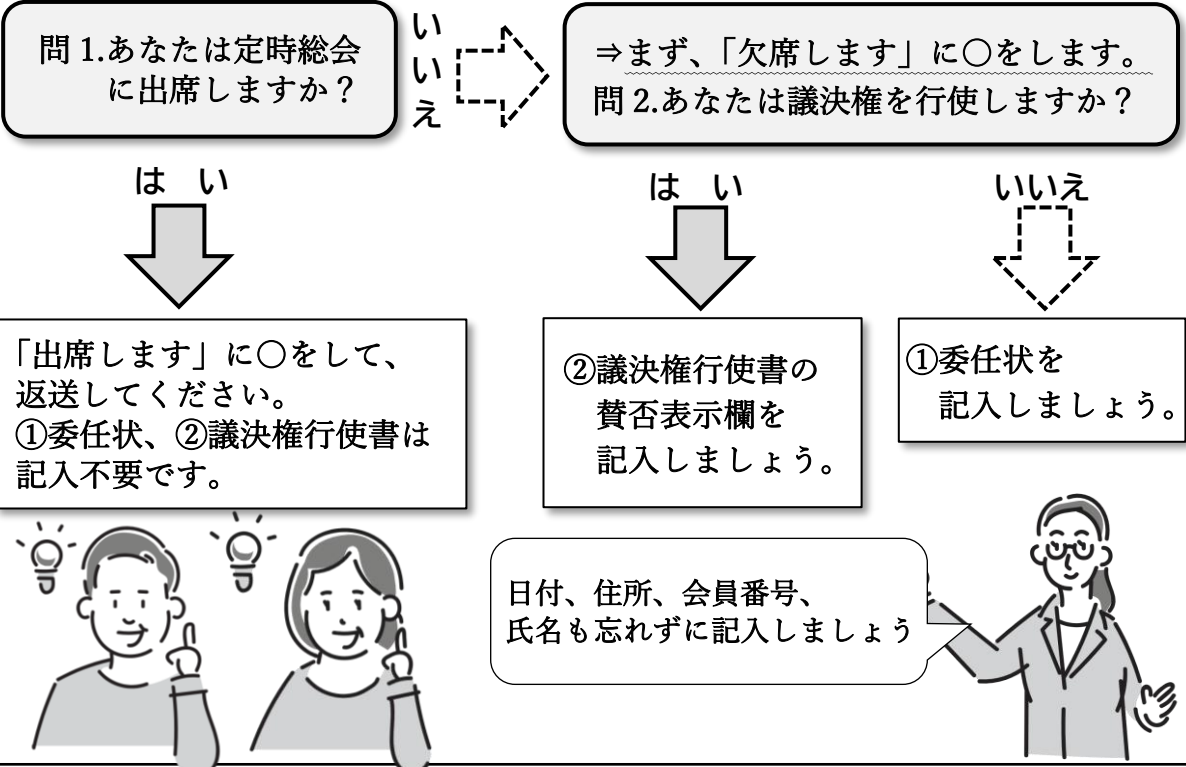
- 第16回定時総会(令和8年度)のお知らせ
- 就業相談をご利用ください
- 令和7年度の事故状況
- 出欠等通知書の書き方
- 令和8年度会費未納の方へ
- 1人KYカードの活用

【今月の主な予定】

- 配分金等振込日
【5月分】6月19日(金)、【6月分】7月17日(金)
- 入会説明会
6月3日(水)、4日(木)、7月7日(火)、8日(水)
- 未就業会員のための就業相談(予約制) ➡ 2ページ参照
6月22日(月) / 7月21日(火) 時間:各日9~16時

定時総会 出欠等通知書の書き方

記入スタート!



未就業会員の方必見! 就業相談をご利用ください

就業を希望する会員のお話を伺い、就業情報や仕事の始め方をご紹介します。高齢期の過ごし方として改めて働くということと一緒に考えられる機会になればと願っています。

予約制で、個人面談方式で実施しますので、お電話にてお気軽にお申し込みください(03-3993-7168)。【今月の主な予定】(1ページ)に就業相談の予定を掲載しています。

「どんな仕事が自分に合うか分からない」
「シルバーってどんな仕事があるの?」
...など、ぜひご相談ください!



令和8年度会費未納の方へ

まだ納めていない方が 356 名います。至急最寄りの郵便局またはコンビニでお振込ください。「振込用紙」を紛失した場合や退会する場合は、事務局にご連絡ください。

令和7年度の事故状況

令和7年度の事故状況は下記のとおりです。事故件数は傷害事故が 32 件、賠償事故が 9 件と前年度に比べて 6 件増加しました。昨年度は残念ながら、傷害事故が増加してしまいました。また、事故の要因として、転倒事故が 32 件中 19 件（約 59%）と多い状況が続いています。高齢者にとって、転倒・転落は骨折や頭部外傷等の大けがにつながりやすいのでご注意ください。

怪我をすると就業だけでなく、日々の生活にも影響を及ぼすこともあります。安全就業を徹底して事故を起こさないよう注意しましょう。

（ ）内は前年度

令和7年度	傷害			賠償	合計
	就業中	就業途上	計		
	18 件 (17 件)	14 件 (9 件)	32 件 (26 件)	9 件 (9 件)	41 件 (35 件)

▲ 事事故例

（傷害事故）

概要・再発防止策	症状	部位
店舗内で移動しているときに段差につまずき転倒した。病院に救急搬送され、右大腿骨頸部骨折と診断された。 【再発防止策】 足元や周囲の状況を確認する。常に危険を予知しながら行動する。	骨折・ひび	足
就業中に意識がなくなり、駐輪場利用者に声を掛けられて意識を取り戻した。その後業務を継続し体調が悪化した。 【再発防止策】 熱中症と感じた時は作業を一旦停止し、涼しい場所に移り体を冷やす。水分・塩分を補給する。	熱中症	-
帰宅途中に立ち眩みがして、その場で倒れた時に顔面を地面に打った。 【再発防止策】 立ち眩みを感じた時は無理をせず、安全を確保してその場にしゃがみ安静にする。	裂傷・咬傷	顔

（賠償事故）

概要・再発防止策	賠償金額
タオルを早く乾かすために、エアコンの吹き出し口のところにハンガーをかけたところ、プラスチックの部分を破損させてしまった。 【再発防止策】 器具類を使用する場合は、正しい取扱方法により作業する。	48,300円

1 人KYカードを活用していますか？

令和8年3月に、職種毎、1人KYカードを就業会員に配布しています。
 自宅を出る時、仕事に取り掛かる前に、事故防止のために活用しましょう。
 今号では、家事援助サービス・植木作業を紹介します。

練馬区シルバー人材センター 1人KYカード 【家事援助サービス】

- ①健康な状態で就業しているか
(睡眠は十分か、発熱など体調の変化はないか)
- ②就業内容に適した服装を着用しているか
- ③施設内の階段や段差の位置や状況を把握しているか
(階段を清掃時は特に注意！しっかり確認し段差の踏み外し、つまずきに注意)
- ④清掃中、掃除機のコードを確認しているか
(転倒事故や物を倒して破損する恐れはないか)
- ⑤清掃のやり過ぎ、無理な作業をしていないか
(高所作業はしない無理に作業して物が破損する恐れはないか)
- ⑥使用した道具など整理整頓ができているか
(転倒などの予防と業務ミスの予防)
- ⑦忘れ物はないですか
- ⑧水分補給など熱中症対策をしているか

練馬区シルバー人材センター 1人KYカード 【植木作業】

- ①健康な状態で就業しているか
(睡眠は十分か、発熱など体調の変化はないか)
- ②就業内容に適した服装、靴を着用しているか
- ③木の高さは適切か(3.5m以内)
- ④三脚類を立てる平らな地面を確保し、固定しているか
カラーコーンの設置はしているか
- ⑤ヘルメットおよび墜落制止用器具(安全帯)は装着しているか
- ⑥電動器具の使用は適切か(周囲の状況確認、ゴーグル・手袋着用等)
- ⑦蜂の巣はないか、チャドクガなどの危険な害虫はいないか
- ⑧熱中症対策はしているか(自分の体調は良好か、飲料やファンベストは準備しているか)

すべての就業に共通です。

「安全心得10ヶ条」

(会員の安全就業基準第3条)

安全心得10ヶ条



◎就業する前に「安全心得」を確認しよう◎

- ①作業は、安全第一を心がけ、急いだりあわてたりしないこと
- ②器具類は、使用する前に必ず点検すること
- ③服装・履物は、作業に合った動きやすいものにする
- ④作業前には、軽い柔軟体操をして体をほぐすこと
- ⑤加齢による諸機能の低下を十分に認識し、無理をしないこと
- ⑥作業現場は、常に整理整頓に心がけること
- ⑦共同作業では、合図、連絡を正確に行うこと
- ⑧帰宅するまでは仕事のうち、交通事故に気をつけること
- ⑨健康には常に注意し、良好な状態で就業すること
- ⑩仕事の前日は、十分睡眠をとるように心がけること

教室事業受講生募集

羽沢教室と関町教室で、会員を講師とした教室を開いています。
受講を希望される方は、事務局に申し込んでください。

= 羽 沢 教 室 = (練馬区羽沢3-36-16)



名称	講師	6月開催日	通常開催日時		受講料	
英語・英会話	観光・旅行の英会話を学ぶ	廣田	1 8, 15	第1・2・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	歌って学ぼう楽しい英語	橋本	1, 8, 22	第1・2・4月曜	14:30~16:20	月4,200円
	英会話とリーディング	山下・山口・宮本	2, 9, 23	第1・2・4火曜	10:00~11:50	月4,200円
	中卒応用クラス	松本・山口	3, 10, 24	第1・2・4水曜	10:20~12:10	月4,200円
	英語でコミュニケーション	高原	3, 10, 24	第1・2・4水曜	13:30~15:20	月4,200円
	中学中級クラス	松本・米川	4, 11, 25	第1・2・4木曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学まとめクラス	山口・米川	4, 11, 25	第1・2・4木曜	13:30~15:20	月4,200円
	中学初級クラス	伊藤・山口	5, 12, 26	第1・2・4金曜	13:40~15:30	月4,200円
歌謡ボイス教室	しんま	1, 15	第1・3月曜	14:00~16:00	月2,500円	
太極拳教室	松井	2,9,16,23	毎週火曜	10:00~12:00	回1,000円	
朗読教室	HIDEMI	休講	毎週火曜	13:00~15:00	回1,500円	
書道教室	豊田	5, 19	第1・3金曜	10:00~12:00	月2,100円	
折り紙教室	鎌原	12	第2金曜	14:00~16:00	回1,200円	
ボトルシップ制作講座	磯部	6, 20	第1・3土曜	13:00~16:30	回700円	
吹矢教室	水谷	6, 20	第1・3土曜	13:30~15:30	回1,000円	

= 関 町 教 室 = (練馬区関町北1-7-14)

名称	講師	6月開催日	通常開催日時		受講料	
英語・英会話	中卒応用クラス	伊藤	1, 8, 15	第1・2・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	生き生き英会話	宮本	1, 8, 15	第1・2・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学初級クラス	小松	1, 8, 15	第1・2・4月曜	13:30~15:20	月4,200円
	おもてなしボランティア英会話	伊藤	2, 9, 23	第1・2・4火曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学まとめクラス	宮本・廣田	5, 12, 26	第1・2・4金曜	10:15~12:05	月4,200円
	中学中級クラス	米川・高澤	5, 12, 26	第1・2・4金曜	10:00~11:50	月4,200円
書道教室	村岡	2, 16	第1・3火曜	10:00~12:00	月2,100円	
書道教室	田中	9, 23	第2・4火曜	13:30~15:30	月2,100円	
カメラ教室	高槻	4, 18	第1・3木曜	10:00~12:00	月3,500円	
朗読教室	小高	12, 26	第2・4金曜	13:30~15:30	回1,500円	
スマホ撮影編集教室	岡村	13, 27	第2・4土曜	13:30~15:30	回1,500円	

※映像技術講座は、スマホ撮影編集教室になり、スマホ・ゴープロが中心の講座となりました。

※英語・英会話教室は、令和8年度がスタートしました。

スマホ講座QRコード



6月刃物研ぎ開催予定



6月の刃物研ぎ開催予定をお知らせします。

直接、開催場所までお越しください。(料金：1本500円～ その他多種)

個人宅をお借りしての開催場所もありますので、個人情報保護の観点から住所の詳細掲示は控えています。

開催場所は、目印として黄色いのぼりが立っています。

雨天の場合、中止になる場合があります。

詳しい開催場所等は、平日営業時間内 (AM8:30~PM5:15) に事務局までお問合せください (TEL : 3993-7168)。

日 程	場 所	(開催時間 ■ 9:30~14:00 ○ 9:00~15:00)
6月 6日(土) : ■田柄5-27 ○三原台3-8	北野八幡神社境内前 薬ウエルシア練馬三原台店様裏マンション駐車場	
6月 7日(日) : ■羽沢3-28 ○石神井町1-1	理容ハマサキ様横 都営南田中39号棟入口前 (毎月第一日曜日)	
6月 11日(木) : ○富士見台2-9	富士見台キリスト教会前	
6月 13日(土) : ■春日町3-2 ○南田中30-1	春日神社境内前 高野台薬師堂橋もと (毎月第二土曜日)	
6月 14日(日) : ■豊玉南3-27 ○大泉学園町1-5	ルネアクアパークス児童公園脇 北園交差点近くの個人宅	
6月 17日(水) : ○旭町2-14	うさぎ美術館様の斜向かい	
6月 18日(木) : ■豊玉北5-3	中井医院様駐輪場脇	
6月 20日(土) : ○東大泉5-25	牧野庭園交差点を東に約200m入った駐車場	
6月 21日(日) : ■北町2-41 ○大泉学園町4-30	浅間神社境内前 元(株)フレンドモータース様を入った個人宅	
6月 27日(土) : ■桜台2-53	3丁目森公園の前を入った駐車場	
6月 28日(日) : ■中村3-2 ○関町北3-31	中村八幡神社境内前 都営関町北3丁目アパート集会室前	

7月 4日(土) : ○南大泉5-6	妙福寺 本應院駐車場	
7月 5日(日) : ■旭丘1-71 ○石神井町1-1	練馬区立江古田駅自転車駐車場 都営南田中39号棟入口前 (毎月第一日曜日)	
7月 6日(月) : ■桜台1-17	桜台一丁目会館玄関前	

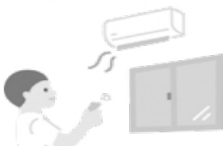





※雨天以外の理由による中止や日程、会場の変更が発生した際は、センターホームページでご案内します。

早めの熱中症対策を心がけましょう

エアコンの試運転も忘れずに！

熱中症予防のポイント

<p>エアコンを活用する</p> 	<p>こまめに水分・塩分を補給する</p> 	<p>部屋の温度を確認する</p> 	<p>炎天下の作業・運動を控える</p> 
--	---	--	--

クーリングスポット(涼みどころ)を開放しています

外出時に暑さを感じた際に一時的に休憩できるよう、保健相談所・図書館・敬老館などの区立施設や一部薬局等の店舗に「クーリングスポット(涼みどころ)」を設けています。開放日時は、施設の開館日時に準じます。詳しくは区ホームページをご確認ください。
※暑い時はクーリングスポットに限らず、冷房の効いた場所で休みましょう。



▲区ホームページ(熱中症予防について)



▲クーリングスポットの目印

熱中症警戒アラート・特別警戒アラートを配信します

ねりま情報メール

登録すると、熱中症警戒アラートおよび熱中症特別警戒アラートの発表情報を受け取ることができます。



▲登録方法はこちら

環境省熱中症予防情報サイト

環境省では、暑さ指数や熱中症警戒アラート、熱中症特別警戒アラートの情報提供を行っています。



▲熱中症予防情報サイト

熱中症に関する問い合わせ：保健相談所

豊玉 ☎ 03-3992-1188

北 ☎ 03-3931-1347

光が丘 ☎ 03-5997-7722

石神井 ☎ 03-3996-0634

大泉 ☎ 03-3921-0217

関 ☎ 03-3929-5381

第 2 回定例理事会

理事会の動き

令和8年 5 月 22日

1 審議事項

(1) 会員の入会の承認等について(8 年 5 月分)

5 月末合計	3,608 人	(男性 2,179 人、女性 1,405 人、未回答 24 人)
入会者	計 49 人	(男性 23 人、女性 24 人、未回答 2 人)
退会者	計 107 人	(男性 63 人、女性 44 人、未回答 0 人)

(2) 会計関係書類の廃棄の承認について

2 報告事項(抄)

(1)事業実績(4 月分)の報告について

請負・委任契約

年度	会員数 (人)	受託(件)		配分金(円)	契約額(円)	公民比(%)
		公共	民間			
8	3,666	12	1,512	78,241,801	91,486,474	28.4:71.6
7	3,482	19	1,487	81,564,851	92,395,448	30.4:69.6

包括的契約

年度	受託(件)		会員業務委託料 (円)	契約額(円)	公民比(%)
	公共	民間			
8	25	6	37,408,656	41,159,248	97.0:3.0
7	14	4	28,636,795	31,502,165	98.6:1.4

派遣契約

年度	受託(件)	賃金(円)	契約額(円)	センター手数料収入(円)
8	45	3,823,482	5,036,645	588,132
7	38	2,987,670	3,921,977	455,228

(3)第 16 回定時総会の進行案について

(4)6 月の清掃ボランティアの日程について

班	実施日	集合時間・場所	
1 班	20(土)	9:30	練馬区シルバー人材センター羽沢分室裏庭
4 班	16(火)	10:30	石神井川 新大橋(早宮 3-1-34)
5 班	21(日)	9:00	春日町地域集会所 1階会議室
6 班	18(木)	13:00	田柄中央児童公園
7 班	20(土)	9:30	味の民芸練馬高松店 駐車場横
10 班	20(土)	10:00	石神井庁舎前
11 班	20(土)	10:30	武蔵関公園ボート乗り場前
14 班	16(火)	10:00	大泉第一小学校正門前、大泉北敬老館前

(5)令和7年度の就業相談の利用状況について

*審議事項については承認、報告事項については了承されました。

お名前誤記のお詫びと訂正

事務局だより第494号 地域役員等の就任・退任の掲載、お名前の漢字に誤りがありませんでした。深くお詫び申し上げます。12班5組 組担当幹事 令和8年4月3日退任 正しくは、伊東 良純さんです。

公益社団法人練馬区シルバー人材センター
 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北 6-3-1 練馬区役所北庁舎5階
 電話 3993-7168 FAX 3993-7530
 E-mail nerima@sjc.ne.jp
 右の QR コードからもホームページを閲覧できます。
 URL <https://webc.sjc.ne.jp/nerima/>

