

あなたの所属は 班 組 です

## 事務局だより 第464号 (令和5年11月2日)



令和5年度 安全就業標語 **しっかりと健康管理 自分のためにも顧客のためにも** 柳瀬 貞朝 さん

### 【今月の主な予定】

- 配分金振込日 (10月分)11月20日(月) (11月分)12月20日(水)
- 未就業会員のための就業相談(予約制)  
11月20日(月)、12月20日(水) 時間は各日9~16時
- 入会説明会…11月13日(月)、14日(火) 12月12日(火)、13日(水)
- 健康長寿はつらつまつりへのPR参加 11月25日(はつらつセンター関)

### 【今号の主な内容】

- ちょっと待った!その作業、ご注意ください!!
- 2024年版会員手帳 販売開始
- 季節性インフルエンザに感染しないために
- ドライバー募集
- 11月 無料スマホ相談会のお誘い
- 緊急連絡カードを携帯しましょう
- 教室事業の受講生募集
- 刃物研ぎ事業の予定
- 転倒予防チェックリスト
- 【連載】職場紹介③
- 理事会の動き、清掃ボランティアの予定
- マンション等の清掃業務

## ⚠️ ちょっと待った!その作業、ご注意ください!! ⚠️

除草作業の就業で、以下の2つの事例が発生しましたので、参考にしてください。

- ①発注者の好意に甘え無料で刈払機を使わせていただいたところ、刈払機が地面の小石を跳ねて駐車していた隣家の車両を傷つけ、賠償額が50万円を超えるという事例がありました。
- ②作業現場の近所の方から通行の邪魔なので木を伐採するように頼まれ、発注者の了解を得ずに伐採し賠償を求められる事例が発生しました。作業した会員は、「近所の方が困っていたようだったので善意で行った」とのことです。

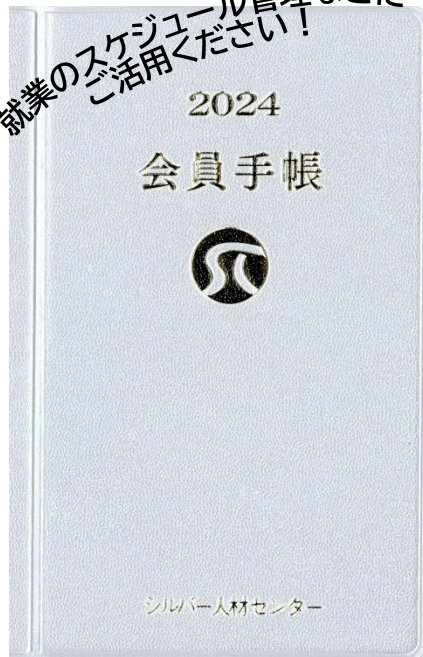
請負就業では無料で発注者から機械等を借りられません。また、発注者以外の方からの依頼に応じる責任はありません。このような場合は、自身で判断せず、センター担当者に必ずご相談ください。



※2つの事例は分かりやすく脚色しています。

## 2024年版会員手帳 11月15日(水)販売開始

就業のスケジュール管理などに  
ご活用ください!



販売価格

1冊 **297円**

限定100冊

毎年好評につき完売必至!  
お早めにお求めください。

### 【購入方法】

代金引換で事務局で販売します。

(先着順です。電話で残数確認のうえ、連絡した当日にお越しください。)

【販売期間】 令和5年11月15日(水)から完売するまで。

## 季節性インフルエンザに感染しないために

今季はインフルエンザの感染報告数が急速に増加しており、流行の拡大が懸念されています。練馬区ホームページに掲載されているインフルエンザに関する内容を一部抜粋してご紹介します。(以下、ホームページ記事)



## 季節性インフルエンザについて

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。インフルエンザにかかった人が咳やくしゃみなどをするにより、ウイルスが空気中に広がり、それを吸いこむことによって感染します(飛沫感染)。

## 典型的なインフルエンザの症状

突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身の倦怠感、のどの痛み、鼻汁、咳等  
気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのもインフルエンザの特徴です。

## \\インフルエンザ対策のポイント//



- こまめな手洗い、消毒
- 休養・栄養・水分補給
- 適度な室内加湿・換気
- 着用が効果的な場面でのマスク着用、咳エチケット
- ワクチン接種(かかりつけ医と相談)

**【急募】事務局で働くドライバー(臨時職員)を募集します**

【勤務日数】 1 か月 10 日～14 日(月～金曜日)

【勤務内容】 区内配送 【勤務時間】 午前 7 時 30 分から午後 4 時 30 分

【勤務場所】 センター事務所 【賃金】 1 日 9,792 円

【通勤手当等】 有 【社会保険】 無 【労働保険】 有 【募集人数】 2 名

【勤務開始日】 令和 5 年 12 月 1 日 【契約期間】 半年ごと更新、最長 70 歳まで

【応募締切】 令和 5 年 11 月 17 日(金) 【選考方法】 書類選考、面接 担当：坂本

〈センター主催〉

**11 月 無料スマホ相談会のお誘い**

11 月のスマホ相談会のお知らせです。今回は先着 40 名です！お気軽にご利用ください。リピーターも歓迎します。

- ◇ 対象 60 歳以上の練馬区民(会員以外も OK)
- ◇ 相談時間 1 人 30 分以内
- ◇ 申し込み 電話予約制(事務局に電話をしてください)、先着順
- ◇ 相談員 スマホ相談員養成講座を修了した認定相談員

月 日	時 間	会 場
11 月 20 日 (月)	9:30～11:30	練馬区シルバー人材センター 会議室
11 月 22 日 (水)	13:30～15:30	
11 月 24 日 (金)	13:30～15:30	平和台事業所(平和台 1-27-17)

※ 相談時間を下表よりお選びください。

9:30～11:30	a) 9:30～、b) 10:00～、c) 10:30～、d) 11:00～
13:30～15:30	e) 13:30～、f) 14:00～、g) 14:30～、h) 15:00～

**緊急連絡カードを携帯しましょう**

会員の皆様が就業中や就業途上に病気やけがで救急車のお世話になることがあります。救急隊員がスムーズにご家族等に連絡できるように「緊急連絡カード」を携帯を推奨しています。

カードをお持ちでない方は事務局までご連絡ください。



# 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実施しています。  
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	開催日時		受講料
語 学	観光・旅行の英会話を学ぶ	廣田	第1・2・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	歌で学ぶ英語	橋本	第1・2・4月曜	13:30~15:20	月4,200円
	英会話とリーディング	山下・山口・宮本	第1・2・4火曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学初級クラス	松本・山口	第1・2・4水曜	10:00~11:50	月4,200円
	英語でコミュニケーション	高原・橋本	第1・2・4水曜	13:30~15:20	月4,200円
	中学まとめクラス	松本・橋本	第1・2・5木曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学応用クラス	高原・河野	第1・2・5木曜	13:30~15:20	月4,200円
	中学中級クラス	伊藤・山口	第2・3・4金曜	13:30~15:20	月4,200円
歌謡ボイス教室		しんま	第1・3月曜	14:00~16:00	月3,000円
朗読教室		HIDEMI	第1・2・3・4火曜	13:00~15:00	回1,500円
※俳句入門教室		山口	第1・3火曜	10:00~12:00	回1,000円
書道教室		豊田	第1・3金曜	10:00~12:00	月2,100円
折り紙教室		鎌原	第2金曜	14:00~16:00	回1,200円
ボトルシップ制作講座		磯部	第1・3土曜	13:00~16:30	回700円
吹矢教室		柄本	第1・3土曜	13:30~15:30	回1,000円

※俳句入門教室は、3か月（6回の講義）で完結です。

= 関 町 教 室 =

(練馬区関町北1-7-14)

名称		講師	開催日時		受講料
語 学	中学初級クラス	伊藤	第1・3・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	活き活き英会話	宮本	第1・2・4月曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学中級クラス	小松	第1・3・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	第1・2・4火曜	10:00~11:50	月4,200円
	中学まとめクラス	内海	第1・2・5木曜	13:30~15:20	月4,200円
	中学応用クラス	宮本・廣田	第2・3・4金曜	10:00~11:50	月4,200円
書道教室		村岡	第1・3火曜	10:00~12:00	月2,100円
書道教室		田中	第2・4火曜	13:30~15:30	月2,100円
カメラ教室		高槻	第1・3木曜	10:00~12:00	月3,500円
手品教室		関	第1・3金曜	13:30~15:30	回1,500円
朗読教室		小高	第2・4金曜	13:30~15:30	回1,500円

# 11月刃物研ぎ開催予定



11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おります。

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、中止になる場所があります。

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 〇9:00~15:00 ■9:30~14:00)	
11月 9日 (木)	〇土支田4-13	ライフ土支田店様向かい (毎月第2木曜日)
11月11日 (土)	〇下石神井1-18 ■田柄2-9	山田工務店様右路地を入った駐車場 南小久保工業様 入口脇
11月12日 (日)	〇富士見台2-4 ■豊玉北6-20	大勝堂薬局様裏個人宅 豊玉第2コーポラス駐車場脇
11月14日 (火)	〇東大泉7-38	加昌マンション1階 トレント洋菓子店様前 (毎月第2火曜日)
11月16日 (木)	■豊玉北5-3	中井医院様駐輪場(練馬警察署横)
11月18日 (土)	〇大泉学園町8-35 〇大泉学園町6-14 ■桜台2-53	長栄会館前 大泉学園緑町会事務局 大泉病院北側 3丁目森公園の前を入った駐車場
11月19日 (日)	〇下石神井6-1 ■北町2-35	天祖神社境内 (下石神井小学校斜め前) ミニストップ練馬北町2丁目店様前 (毎月第3日曜日)
11月21日 (火)	〇谷原3-10	都営谷原3丁目アパート
11月23日 (木)	〇南田中3-31	薬師堂橋たもと南田中2号棟向かい側
11月24日 (金)	〇南田中1-13	彦建設様右わき路地を入った個人宅
11月25日 (土)	〇関町南3-32 ■練馬2-22	青梅街道沿いガスト様を入った関町青空遊園地 大門通り沿い個人宅
11月26日 (日)	〇立野町2-9 ■中村南3-2	コーポ小松 前 中村八幡神社境内前
11月30日 (木)	〇下石神井4-20	那須保険事務所様前 石神井南幼稚園様向かい

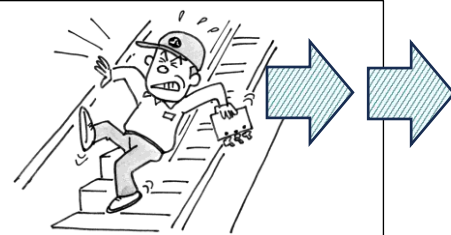


(12月前半予定)

12月 2日 (土)	〇東大泉1-31	司ビル(Tomo's処方箋様) ユニホー不動産様前 (毎月第1土曜日)
12月 3日 (日)	〇石神井町1-1 ■羽沢3-28	都営南田中団地 39号棟入口前 理容ハマサキ様・カーサレオーネ1F (毎月第1日曜日)
12月 4日 (月)	■桜台1-17	桜台一丁目会館
12月 5日 (火)	〇大泉学園町6-12	朝日信用金庫様右横の道を入ったアパート前
12月 7日 (木)	〇南大泉2-1	sompoケアラヴィーレ南大泉様 左横空地



令和4年度の傷害事故の**56%は転倒が原因**でした。  
右の「転倒予防チェックリスト」を使って日常の行動をご確認ください。



【連載】職場紹介③

## マンション等の清掃業務

働くことを通じて社会貢献をしている会員の皆様をご活躍する職場をご紹介します。今回は、マンション等の清掃業務の職場です。

\*\*\*\*\*

現在、約 250 名の会員がマンション等の清掃業務に就いています。

マンション等の清掃業務の主な仕事内容は、マンションやアパートの共用廊下や階段、エントランス等の掃き掃除、拭き掃除といった日常清掃です。専門的な技術を必要としないので、清掃の経験がなくても始めやすいお仕事です。実際に多くの会員が清掃業務未経験の方です。

就業条件が他の就業よりも多様なことがこの業務の特徴です。例えば、「月・水・木・金曜日の 8:00~10:00」のように、曜日と時間が固定のものや、「週 1 日 2 時間」と決められた条件さえ満たせば、曜日・時間は会員が自由に決めて就業できるものがあります。こうした条件を上手く組み合わせて、複数のマンション・アパートで清掃業務をし、効率的に就業している会員もいます。



### マンション等の清掃には、こんな良い点があります。

- ① 1 人作業になるので、自分のペースで無理なく作業ができます。
- ② ゴミ出しや階段の昇降などで身体を動かすので、働きながら健康維持増進が期待できます。
- ③ 住民の方から感謝され、やりがいを感じられます。

これまでマンション等の清掃と聞いて、「やったことがないから出来るか心配だ」「何だか大変そうな仕事だな」と敬遠してきた方も、これを機に是非挑戦してみてください。

## 転倒予防チェックリスト



チェック内容	
滑りやすい、つまずきやすい履き物で就業していませんか。	<input type="checkbox"/>
雨の日やその翌日には、特に①濡れた床・路面、②濡れた階段、③濡れた段差で「滑りや踏み外し」に注意していますか	<input type="checkbox"/>
就業中や通勤経路途上では、①濡れた床・路面、②濡れたタイル・平らな石、③濡れたマンホール・鉄板、④濡れた落ち葉・コケ等の「滑り」に対処していますか	<input type="checkbox"/>
雪の日や路面凍結する日は、履き物や歩き方に注意し、自転車は利用しないようにしていますか	<input type="checkbox"/>
①夕暮れ、②夜、③薄暗い場所、④電灯のない場所では、足元の障害物・段差における「つまずき」に対処していますか	<input type="checkbox"/>
しごとをする際に、暗い部屋では、明りをつけていますか 暗い場所では、ライト（懐中電灯等）をつけていますか	<input type="checkbox"/>
しごとや作業に集中し過ぎて、足元や周囲への安全確認が「おろそか」になっていませんか	<input type="checkbox"/>
後方を確認しないで、後ずさりや後ろ歩きをしていませんか	<input type="checkbox"/>
約束の時間に遅れるとの「あせり・急ぎ」から、行うべき安全確認（前後、左右、足元）を省略していませんか（日頃から、ゆとりある行動をしていますか）	<input type="checkbox"/>
これまで転倒した経験のある方、足がもつれたり・すり足になる方は、特に転倒の危険を予知した防衛行動をしていますか	<input type="checkbox"/>
転倒予防（健康寿命の延伸）に向け、①下半身の筋力アップ運動、②ストレッチ、③ウォーキング（有酸素運動）等を日常生活に取り入れていますか	<input type="checkbox"/>

### ◎ 理事会の動き ◎

第7回定例理事会

令和5年10月27日

#### 1 審議事項

(1) 会員の入会の承認等について（5年10月分）

10月末合計 3,506名（男性 2,228名、女性 1,269名、未回答9名）  
女性会員率 36.2%

入会者 計51名（男性28名、女性23名、未回答0名）

退会者 計18名（男性9名、女性9名）

4班 女性幹事に白崎敏子さんが就任（令和5年10月1日付け）

(2) 入会した年度の会費の免除の適用について

入会者を増やすため、1月～3月に入会承認を受けた会員については、入会した年度に限り会費を免除する。

2 報告事項

(1) 事業実績(9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			
5	3,473	33	1,722	108,895,650	120,685,939	46.1 : 53.9
4	3,390	32	1,827	106,788,569	118,222,867	45.3 : 54.7

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)
5	19	1,668,597	2,126,404	251,685
4	11	1,060,770	1,397,681	160,171

(2) 11月の清掃ボランティアの予定

班	実施日	集合時間・場所
1	18日(土)	9:30 練馬区シルバー人材センター羽沢分室前
2	25日(土)	9:30 豊玉公園
3	21日(火)	10:00 中村橋駅北側図書館前
4	22日(水)	10:30 石神井川『新大橋』付近
5	19日(日)	9:00 春日町地域集会所 1階会議室
6	16日(木)	13:00 田柄中央児童公園
8	20日(月)	10:30 練馬高野台駅南口
9	17日(金)	10:00 石神井公園三宝寺池茶店前
11	12日(日)	10:00 武蔵関公園ボート乗り場前
12	26日(日)	10:00 あかしあ児童公園(勤労福祉会館横)
13	25日(土)	13:00 南大泉地域集会所

\* 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。

【編集後記】

少しずつ日の入りが早くなり、秋の深まりを感じている方も多いかと思えます。就業の行き帰りの事故には一層気を付けたいものです。

また、秋は寒暖差から体調を崩しやすい季節でもあります。インフルエンザの感染拡大も懸念されますので、日頃から対策し、元気に過ごせるよう心掛けましょう。

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 5-29-8

練馬センタービル5階

電話 3993-7168

FAX 3993-7530

E-mail [nerima@sjc.ne.jp](mailto:nerima@sjc.ne.jp)

URL <https://webc.sjc.ne.jp/nerima/>



右上のQRコードからもホームページを閲覧できます。