

シルバー おうめ

2026・7

(公社) 青梅市シルバー人材センター
 電話 0428(24)8171
 FAX 0428(22)7948
 青梅市千ヶ瀬町1丁目50番地
 E-mail ome@sjc.ne.jp
 URL https://webc.sjc.ne.jp/ome/

自主・自立・共働・共助で、活力ある地域社会作りをめざす

第78回 定期総会

第78回定期総会が6月19日(金)午後2時より、住友金属鉦山アリーナ青梅で開催され、審議の後に各議案が承認され、令和8年度の事業計画が名実ともにスタートすることが出来ました。

内田会長の挨拶をはじめとして、大勢待利明市長、山崎勝市議会議長、井上信治衆議院議員の代理として荒井様、森村たかゆき都議会議員の代理として池田様からそれぞれ祝辞を賜りました。来賓の皆様、お忙しいなか御臨席を賜り、シルバー人材センターに対する支援のお言葉をありがとうございました。

第78回総会出席状況

会員総数	1,051名
出席者	210名
委任状	448名
議決権行使者	214名
委任状未提出	179名



市長からの祝辞



総会での事業報告

議長に内田会長が選出され、平岡監事より監査報告、赤井副会長より事業報告がなされ議事に入りました。

各審議は出席者・委任状・議決権行使により、それぞれ議決に必要な数の承認を得られ、原案通り可決しました。最後に小嶺理事の閉会の辞があり、午後3時30分頃に総会は閉会となりました。

また、引き続き会員の表彰が行われ、内田会長より感謝状を贈呈し、無事に全ての日程を終了しました。

～会員として25年以上在籍された方の表彰～

センターの会員として、センター事業の発展に寄与し、その業績が顕著なもので、25年以上在籍している方へ、感謝状が贈呈されました。

今年度に受賞された方は
 長淵地区の 坂田 久雄さん
 河辺地区の 篠塚 正一さん です。
 (篠塚さんは欠席をされました。)



左から副会長・坂田さん・会長

ここで表彰を受けるお二方は、会員として25年以上の永きにわたりシルバーに携わり、多方面でご活躍をいただいております。これからも健康に留意し、シルバー人材センターを支えていただければ幸いです。表彰された坂田さん、篠塚さん、大変おめでとうございます!!

危険予知(KY)活動講習会に参加して

東青梅地区 木原 春己

青梅市シルバー人材センターでは令和6・7年度とも各10件以上の傷害事故が発生しており、大半は屋外作業時となっています。これらの事故を削減するため、東京しごと財団より専門の講師をお招きし講習会が実施されました。4月16日に参加募集を開始し、5日間で定員に達し関心の高さが伺えました。

・日時 令和8年5月19日 14時～
・場所 S&Dたまぐーセンター
・講師 東京しごと財団 坂東 寛氏
・参加人員 57名(会員52名 事務局5名)

一 皆さんに是非とも伝えたいこと

自分を大切にする。自分の身は自分で守る。
自分を守る術を身に着ける。ポーツと生きてんじゃないよ。
(ポーツとしているとケガや事故を招くという注意喚起)

二 青梅SC 安全管理&健康管理に係わる課題

転倒事故が多い。7月に傷害事故が多い。月曜日に事故が多い。除草作業で事故が多い。

三 自分用一人危険予知カードの作成及び実施

自問自答カードによる一人KY。指差し確認、呼称による一人KY。ワンポイントKY。

以上より 無理せず 焦らず 油断せず
確認 確認 確認 確認 確認 確認

で安全を確保する。
シルバー青梅、会報5月号の事故発生状況報告にある再発防止対策を念頭に、今後の就業に取り組み、事故を減らしていただく様お願いいたします。

【青梅地区班会議】

青梅地区 高橋 栄吉

スクラ開花宣言とほぼ時を同じくして、S&Dたまぐーセンターで青梅地区班会議を開催しました。始めに無料の『金銭トラブル被害防止に向けて』の出席前講座を受け、その後、会議の場を楽しめるように、シルバーセンタースタッフに『聞きたい』『知りたい』『提案したい』をテーマにポジティブな質疑応答がなされ、同時に相互コミュニケーションも図れ、有意義な時間を過ごせました。都合で欠席された会員さんも、来年度は是非参加してみてください。



真剣なまなざしで聞き入る・・・



熱心に質疑応答



閉会後は参加者全員 笑顔で

安全標語の募集

全国安全・適正就業強化月間に際して「安全標語」の募集を行っています。ますので、より多くの皆さんの応募をお待ちしています。

◎テーマⅠ

「二人KY活動の推進」

◎テーマⅡ

「私の熱中症予防」

※テーマ別に選考して入選作品については、秋の『私は事故を起こさない大会』に於いて表彰し、シルバー青梅に掲載し、安全作業に対する警鐘とさせていただきます。(KY活動とは危険予知活動のことです。)

※先月配布した応募用紙で事務局へ提出(7月31日締切)

『東原プール売店』今年もオープン!!

昨年は東原プール売店に就業していただいた会員をはじめ、沢山の来場者にお越しいただき、多くの方のご協力があった。休業することなく全日程で営業することができました。就業された方、お越し下さった皆様ありがとうございました。

今年は7月18日(土)から9月6日(日)の47日間営業(9月は土日のみ)を予定しております。

昨年から時差就業によるシフト制やメニューの改定等、売店に就業される方がより働きやすい環境になるよう改善を進めてまいりました。昨年の成果を活かして、継続できることは続け、改善できることは今年も積極的にいい方向へ向くよう事務局としてサポートしてまいります。就業する会員が働きやすく、やりがいのある売店を目指し、『また来年!』と思える環境へ整えてまいります。

今年も毎年おなじみのラーメン、ポテト、唐揚げをはじめとする定番商品から昨年より新メニューとして追加したかき氷は、提供を決定しております。さらに今年は冷たい料理や新たなひんやりスイーツも検討中!!

昨年、売店オープン初日には市長にもお越しいただき激励のお言葉を頂戴し、素晴らしいスタートを切ることができました。

今年も初日に市長が来場予定です。多くの来場者が見込まれます。皆に喜ばれる売店を目指して今年も頑張ります! お食事だけでもご利用できますので、会員の皆様も家族・友人・地域の方と一緒に、沢山の来店をお待ちしております。



昨年の就業の様子

～中高年のための元氣教室～

東青梅地区 飯塚 英夫

「高齢者の筋量」

加齢に伴って骨格筋量が減少するとともに歩行速度などの身体機能の低下をきたす病態を加齢性筋肉減少症(サルコペニア)と呼ぶ。

「歩行と実行機能や注意力」

歩行は無意識に半ば自動的に行われているように見えるが、実行機能や注意力が深く関与している。そのため会話や暗算などを行いながら歩行すると歩行速度が低下したり計算を間違えたりしやすくなる。特に高齢者ではこの傾向が顕著となり、歩行障害や転倒、実行機能や注意力の低下との関連が指摘されている。(二重課題の困難)

「転倒の危険因子」

加齢変化と身体疾患は歩行能力の低下を引き起こす。加齢に伴う機能低下には反応時間の遅延、筋力低下、バランス機能低下、起居動作能力の低下、視聴覚機能低下などの知覚障害さらに歩行機能の低下などがある。**自分ができる事を長く続けることが一番大切です。**

SNS 型投資詐欺や、SNS ロマンズ詐欺の被害が急増!!

令和8年4月までの青梅警察署管内での特殊被害状況は、認知件数は**9件認知**しており、被害総額は、**約1億1,500万円**となっております。昨年7月までの被害金額は、**4,050万円**ですので被害額は早4ヶ月で**約3倍**となっております。

最近、SNS 型投資詐欺や、SNS ロマンズ詐欺の被害が急増しています。LINE やその他 SNS の連絡ツールを利用して、被害者とのメッセージのやりとりを続ける中で、**株や先物取引での儲け話や、恋愛感情を利用して支援等の名目**で、仮想通貨を含めた金銭のやり取りを持ち掛け、多額の金銭をだまし取る手口です。この手口の厄介なところは、被害者がメッセージの相手を信じ切っている場合、なかなか被害に気付かないことが多いところです。ご家族と一緒に確認をお願いします。

青梅警察署 防犯係 0428-22-0110(内線2162)

気のゆるみ 慣れた仕事に 近づく危険

東青梅地区 岡 部 輝 夫

『前倒しの夏を迎え』熱中症対策・フレイル予防研修会

広報部会

いつもご愛読いただき有難うございます。既にアジサイも咲き終え猛暑に晒されています。地球の気候全体の気温が高く偏西風の流が云々と言われているようですが、微力な人間様は地球レベルでの改善は望めません。一部から伝えられている酷暑日という40℃越えの日がやってくる。先ずは自己防衛で身を守る事です。もう耳にタコができて「知っているよ」の『暑熱順化』、体内の熱を上手く外に逃がせる体質作りで、汗をかける習慣をつけ、暑さに慣れることが重要です。

熱中症予防のための5つの声掛け

温度に気を配ろう

体で感じる暑さと実際の気温とは異なる

飲み物を持ち歩く

水分補給が肝心、のどが渇く前に飲む

休息をとる

疲れた時に掛かり易い、こまめに休息を

栄養をとろう

バランスよく食べ、朝食をしっかり摂る

声をかけ合う

体力がないと熱中症にかかり易い、家族
ご近所で声をかけ合う

高齢者は骨折が多く要因は転倒

転倒予防はしっかり歩けること、自分の
状態を把握して無理しない事が重要

① 自分の能力にあった準備

眼鏡・補聴器・杖など

② 転倒予防の『ぬかづけ』

ぬれている・かいだん・かたづけ



健康な体で、暑い夏を乗り越えましょう
青梅市役所健康福祉部 高齢者支援課の皆様
ご指導いただき有難うございました



左！の合図で反対の右手と右足を出すフレイル予防の運動



熱中症予防には、汗をかく習慣による「暑熱順化」が大切

令和8年度就業支援講習
【9月実施講習】

1. ハウスクリーニングⅡ
2. 植木の基本と応用

締切 7月30日(木)

【10月実施講習】

1. 植木の剪定技術アップ
2. ステップアップ接遇Ⅰ
3. 植木の基本と応用

締切 8月27日(木)

※講習会場は市外です。
応募の際はご注意ください。
☎24-8171

5月の事業実施状況報告

登録会員数	1,069人
前年同月比	34人増
受託件数	323件
前年同月比	27件減
契約金額	38,101千円
前年度対比	976千円増

☆☆各種相談日☆☆

8月は14日、28日、
9月は11日、25日の
第2・4金曜日です。

午前10時～午後3時

◎就業の上でお困りのこと
等、ご相談下さい。

◎植木班の会員に対する感謝のお手紙
植木手入れのお客様より会員宛の感謝のお手紙をいただきました。就業の際に発注者の皆様から「いつもありがと」や「暑い中お疲れ様です」とねぎらいの言葉をかけていただくこともあり、お手紙の形で改めて感謝の気持ちを伝えていただくと嬉しいものです。心のこもったお手紙をありがとございました。抜粋して紹介します。
『雨の中、足を運んでくださりありがとうございました。心地よい風の中・・・私は剪定にも興味があり、近くで拝見させていただきました。ご年齢を感じさせない軽快な足取りで取り組まれている様子にとっても元気をもらいました。ご活躍とご自愛を心よりお祈り申し上げます。』

就業報告書提出締切日：7月分は8月3日(月)、8月分は9月3日(木)

配分金支払日(口座振替日)：8月31日(月)、9月30日(水)です。

※配分金はSmile to Smileで御確認下さい。随時、登録相談会も実施中です。(要予約)