えるワークさんむの挑戦

公益社団法人
山武市シルバー人材センター

60 歳以上の就労意欲のある高年齢者が会員として登録し、公共や民間事業所及び個人家庭からの依頼を受けた臨時的・短期的で軽易な仕事を、地域社会に貢献することを目的として希望者に紹介することが主な役割です。

お仕事だけではなく様々な事業活動をおこない**「明るく元気な100歳へ」**をキャッチフレーズに、山武市転倒骨折プロジェクトに参画するとともに、「健康になる就労」プロジェクトを専門家協力のもと立ち上げアクティブシニアでいっぱいの山武市を目指します。

安心安全就労サーベイ（生活機能測定会）
令和 5 年 9 月 11 日から 15 日開催

R5～R8

健康になる就労プロジェクト *Working to be Wellness*

えるワークさんむ
<山武市シルバー人材センター>

人生100年時代を迎える高齢先進国のわが国では、定年撤廃や高齢者の雇用促進に伴う利点のみでなく、その危険性も見据える必要があります。労働安全衛生法の定期健康診断実施義務がなく、労働基準法が適用されないシルバー人材センターだからこそ、「健康になる就労」を支える合理的で、かつ新しい仕組みをつくれる可能性があります。本事業は、適切な対処法に「気づく」、「覚える」、他者に「伝える」活動を推進し、自己管理スキルや就労上の工夫を実践する会員（健康になる就労を実践する会員）が山武市で、そして全国で増えることを目指しています。

気づく活動

- **安心就労 事例検討会**
  〔安全委員会との連動事業〕
  会員の健康不安の軽減や安心して長く続けられる就労スタイルの提案
- **安心安全 就労サーベイ**
  〔市役所との連動事業〕
  病気ではなく、生活や仕事で必要となる機能に着目した測定会
- **定例会**
  原則隔月で開催

覚える活動

- **対処法 レッスン会**
  からだの状態を把握する方法や不具合に対処する方法を学ぶ場づくり

既存事業と連動させていく

伝える活動

- **いきわく はなまる**
  〔図書館・社協との連動事業〕
  生涯現役につながる情報を伝える立場として活躍する機会を提供する

既存事業と連動させていく

- 転倒・骨折の予防
- 運動器痛の予防
- 健康問題による働きにくさの軽減（プレゼンティズム）
- 健康就労の実践と現役感の向上
- 生きがい/健康就労を目的とした入会増加

健康になる就労を実践する会員の増加

シルバー人材センターならではの「健康就労」の仕組み

＜短期目標：令和5年8月まで＞

- 成果指標とその測定方法を決定する。
- 自己管理につながるテスト事業を計画する。
- 就労中のケガや不安につながる健康問題と作業を一覧にする。g

＜中期目標：令和6年3月まで＞

- 自己管理をサポートするテスト事業を実施する。
- センターの事業計画に反映する。
- 事業遂行に必要な体制を整備する。

＜長期目標：令和8年3月まで＞

- 健康になる就労を実践する会員を増やす取り組みを開始する。
- 働きながら健康になりたいと考える新規会員の入会が増える取り組みを開始する。

わたしたちの対処法レッスン会

～「腰痛で困りたくない」編～

月日：令和５年 10 月５日（木）

サーベイ参加者の“腰痛悩み”を受けて、自分でできる対処法につきレッスンしました。2 週間後の成果が楽しみです。

先生は“じんじんさん”です

10 月 11 日には、わたしの「対処法レッスン」が正しくできているのかを参加者で意見交換し、その様子をオラインで陣内先生に見てもらいアドバイスを受けました。