

Rin

Tan

Kei

しるばータイムス

@しまね

Vol. 13

令和8年10月発行

目次 CONTENTS

- 小さくとも社会参加でキラリと光るまち ごうつ 1
- センター紹介「江津市シルバー人材センター」 2
- 忙しい介護現場のサポーター 介護助手のすゝめ 3
- シルバー派遣ガイドマップ 4～5
- これまでの知識・経験に学びをプラス シルバー会員を対象にした各種研修・セミナー 6～7
- 事業所のみなさま「人材確保のプランB シルバー派遣事業」 8



社会参加で

小さくとも

キラリと光るまちごうつ

島根県西部に位置する江津市は、自然と文化が息づくまちです。市内を流れる中国地方最大の河川「江の川」は、古くから地域の暮らしを支え、人々の交流をつないできました。北には青く澄んだ日本海が広がり、夕暮れ時には黄金色に染まる絶景が広がります。さらに、1370年以上の歴史を誇る有福温泉や、四季折々の自然美が楽しめる千丈溪など、観光スポットも数多く存在します。

また、江津市は特産品の宝庫でもあります。栄養豊富な土壌が育む桜江ごぼうや白ネギ、江の川で育った鮎、ミネラルたっぷりの地下水を使った日本酒、海風を浴びて育つ江津まる姫ポークなど、自然と風土が育んだ特産品が豊富です。また、健康成分を多く含む桑茶や地元農産物を使ったクラフトビールなど、地域の特色と連携で生まれた新たな産品も魅力的です。さらに、新鮮な海産物や勝地半紙、ハチミツもあり、江津市の豊かな自然が生んだ逸品が揃っています。



有福温泉の夜景



江の川河口

令和6年には、市が誕生して70年、桜江町と合併して20年という節目を迎えました。こうした歴史を振り返りながら、これからも地域の魅力を未来へとつないでいくことが期待されています。

しかしながら、江津市は現在、人口の約40%が高齢者という超高齢社会に直面しています。住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けるためには、健康寿命の延伸が重要な課題となっています。高齢になると、外出や人との交流が少なくなりやすく、孤立や閉じこもりにつながり、それが認知機能の低下や気分の落ち込みを招くこともあります。

そこで江津市では、高齢者福祉計画において、介護予防の重要な柱として「生きがいづくり」と「社会参加」を掲げています。具体的には、百歳体操やサロンといった身近な通いの場を充実させるだけでなく、自分の強みや得意なことを活かして誰かの役に立つ活動（就労的活動）の普及促進に取り組んでいます。これらの活動を通じて、高齢者が地域で安心して豊かに暮らし続けられるまちづくりを目指しています。

（文：江津市役所 高齢者障がい者福祉課）



赤瓦の家並み

センター紹介

江津市シルバー人材センター

「地域とともに歩み、26年」

平成12年（2000年）、江津市シルバー人材センターは、江津市社会福祉協議会の一事業として発足しました。この年は、島根県立石見海浜公園内に中・四国最大級の水族館であるしまね海洋館「アクアス」が誕生しています。江津市シルバー人材センターでは、開館当初から石見海浜公園の清掃業務を受託し、「アクアス」をはじめ公園を訪れる多くの人の憩いの場を支えています。

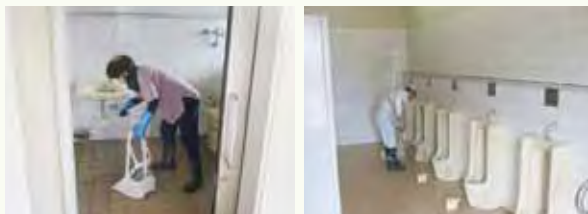
平成14年（2002年）には江津市社会福祉協議会から独立して法人化しました。185名の会員で新たなスタートを切るや否や、草刈りや庭木の剪定、屋内外の清掃を中心に、高齢者が長年培った経験や技能を生かせる仕事を地域へ広げました。丁寧で誠実な仕事信頼につながり、



ニーズの多い草刈作業



丁寧な仕事で喜ばれる剪定作業



設立以来続く石見海浜公園での清掃作業

家庭や企業からの依頼は年々増加。平成22年（2010年）には会員数が207名となり、設立以来最多を記録しました。

「新たな一歩」

平成26年（2014年）にはシルバー派遣事業を開始し、旅館での調理補助をはじめ、工場内作業や選挙事務、ショッピングセンターでの清掃など就業の場を広げました。しかしながら、これらの就業に従事してきた会員の高齢化などに伴い、令和3年（2021年）に派遣事業は一旦休止となりました。

その後、高齢者雇用確保措置の影響もあって会員数が約110名まで減少しました。令和6年度からは江津市の勤めで、「役割を持ちながら社会参加」「働くことによるフレイル予防」を促進する江津市高齢者等生活支援体制整備事業（就労的活動支援）に参画するなど、新たな一歩を踏み出しています。その結果、会員数は回復傾向にあり、令和8年（2026年）7月現在では173名となっています。

「これから」

これから、地域の皆さまから「頼んでよかった」、会員から「入会してよかった」と思っていた

だけのセンターを目指し、高齢者の豊かな経験と技術を地域の力につなぎ、安心して働き続けられる環境づくりと、多様な就業機会の確保を進めながら、地域社会の発展に貢献してまいります。



NEWS

シルバー人材センター会員は、**フレイル**の発生率が**34%も軽減！**

江津市高齢者等生活支援体制整備事業では介護予防の重要な柱として「生きがいづくり」と「社会参加」を掲げ、自分の強みや得意なことを活かして誰かの役に立つ活動（就労的活動）のひとつに「シルバー人材センターでの就業」が位置づけられています。折しも、シルバー人材センターでの就業が「フレイル」の抑制に効果があることが全国シルバー人材センター事業協会の調査研究で明らかになりました。

詳しい調査結果は、リーフレット「生きがい就業と介護予防」をご覧ください。



こちらよりダウンロードできます

<https://zsjc.or.jp/oshirase/pickup?id=401>
https://webc.sjc.ne.jp/shimane/activity_5



島根県シルバー人材センター連合会 介護助手 介護助手 マッチングシート

このシートは、シルバー人材センターが介護施設におけるシルバー派遣事業でのマッチングの指標とするものです。適正に管理し、決して相手方等に公開するものではありません。

団体名：お名前

時間帯	業務内容	チェック 欄	メモ欄
□ 早朝	□ 起床準備	カーテン開け 水分補給の準備	
	□ 起床	トイレ移動の声掛け トイレ介助	
	□ 着替え	着替え・履物着替 髪型	
	□ 早給 （□ 朝食） （□ 夕食）	朝上清掃 エプロン・おしぼり配布 トロミ付け 食堂移動の声掛け 廊下・移動介助 配膳・配茶 配薬	
		食事介助 見守り 食事量・服薬確認 下痢 食器等洗い 食堂清掃 口腔ケアの準備 口腔ケア	
		換気・加温・掃除 トイレ清掃 ゴミ捨て 物品補充	
	□ 清掃	シーツ交換 ベッドメイキング 洗濯	
	□ 居室・共有部清掃	廊下・訓練 物理療法の手伝い 自主訓練の見守り 物品片付け	
	□ 居室清掃		
	□ 洗濯		
	□ リハビリテーション		
□ 午前	□ 居室・共有部清掃		
	□ 居室清掃		

表裏に続く



無理なく介護サービスに
携わりながら、
気がつけばフレイル予防。
これって、一石二鳥かも？



これにより、自分に合った働き方をイメージしやすくなり、希望する就業へとつながる有意義な機会となりました。

初めての試みとして、参加者自身の希望や適性を整理するために「マッチングシート」を実践。一人ひとりが「どのような仕事をしたいのか」「どの業務なら無理なく取り組めるのか」を見える化する時間を設けました。



忙しい介護現場のサポーター 介護助手のすすめ



5月20日(水)、江津市で介護助手として活躍する会員を募集するセミナーを開催。江津市のほか、浜田市と美郷町からも計15名が参加し、介護現場で求められる補助業務の内容や、地域での就業ニーズについて理解を深めました。

◆ 介護助手の導入を 提案するために

8月20日(木)、松江市のくにびきメッセにおいて、派遣事業の実務を担当する中国ブロックの職員を対象に実務担当者研修会を開催しました。

今回の研修会では、(公財)介護労働安定センターの介護現場革新サポートセンターにおいて、介護現場の生産性向上(業務改善)を推進されているディレクターの城代高志氏を講師に迎え、介護施設での現状(一日の流れや仕事の内容等)を踏まえた上で、シルバー人材センターが進める介護助手(サポーター)の導入をどのように提案していけばよいのかを学びました。有資格者を



具体的な手法を学びます。



講師の説明に納得の参加者たち



グループワークでロールプレイ！

希望する介護施設にあっても、業務を専門業務と非専門業務に細かく仕分けすると、必ずしも資格がなくてもできる仕事が多くあること、それを双方が十分に把握し、介護助手の必要性を現場の方に理解していただくことが大事な第一歩であることがわかりました。

また、グループワークで、「業務細分化シート」を用いた場合とそうでない場合のロールプレイを行い、提案型営業の具体的な手法について考える貴重な機会となりました。その後のアンケートでは、介護の事業所のみならず、いろいろな業種でも、事業所へのアプローチや会員への説明に活用できるという感想が多くあり、参加者の意見を踏まえたリーフレットを作成し役立てていくことにしています。

SNSでも情報発信中!



Instagram



Facebook

広がる!

食べて。

泊まって。

動いて。

シルバー派遣 ガイドマップ

健康編



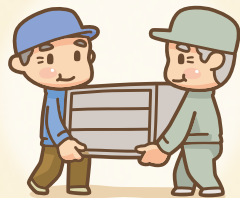
ホテル
B-Stone Garden

出雲健康公園
(出雲ドーム)

SUOMI



前回までシルバー派遣事業の重点分野である観光分野をご紹介してきました。
この他にも、心とからだを整え、毎日をもっと元気に過ごしたい方におすすめのスポットや健康にかかわる施設でも、会員は活躍しています。
今回は、自らの健康に気をつけながら奮闘する会員の姿をご紹介します。



3

出雲健康公園(出雲ドーム)

出雲健康公園の中心にある出雲ドームは、屋根の直径143m、高さ48.9m、収容人員5,000人の日本最大級の木造建築です。その他、クラブハウス、健康センター、多目的運動場などがあります。サッカーをはじめ、さまざまな用途に対応できる多目的な施設です。



利用内容に応じて、会員6名がレイアウトの変更や原状復帰などの作業を担当し、利用される皆さまが気持ちよく施設を使えるよう、円滑な運営を支えています。

1

スオミ
SUOMI

サウナ、フィットネス、そしてコワーキングが、24時間365日、いつでも自由にお好きなタイミングで利用できます。宍道湖の自然と一体となる至福の時間をぜひ体験してみてください。



シェアオフィス、フィットネスジム、サウナ、駐車場等の清掃を週に数回、朝7時から3時間行っています。24時間営業なのでお客様の利用が無い時間に掃除をしますが、施設が新しいので、とてもやりやすく快適です。自ラジムの会員にもなっています。

4

ビーストーン ガーデン ホテル B-Stone Garden



ホテルB-Stone Gardenは緑に囲まれた広大な敷地に佇むおしゃれなプチホテルです。自然との調和、癒しなどをコンセプトにお客様が心からくつろげる空間づくりをテーマにしています。敷地内にはグランピング施設もあり、自然を体感し、キャンプの楽しさなどを味わっていただけます。



チェックアウト後の客室～レストラン内外の清掃等業務に3名の会員が従事しています。「大変な作業でもフットワーク軽く動かれ、本当に助かっています。」とうれしいコメントをいただいております。

2

マリナハウス

アクアスから波子海岸へ向かって架かる「はっしータワー」を渡ったところにあります。2階の軽食喫茶では、エビピラフやスパゲティなどの軽食をはじめ、美味しいコーヒーや冷たいドリンクも楽しめます。無料の休憩スペースもあり、アクアスの利用者はもちろん、海水浴客も気軽に利用できます。



食事後の食器の片づけや洗浄、料理の盛付補助を担当しています。繁忙期のゴールデンウィーク期間中に同様の仕事を経験し、その際の働きぶりを評価していただいたことから、お盆休み期間中にも声をかけていただきました。

技能講習・就労見学情報

シルバー人材センターでは、人材の確保・育成を目的に「技能講習」や「就労見学」を島根県内各地で開催しています。

初の試み!

有機野菜農場でのお仕事見学

- 佐々木農場 (浜田市)
10月22日(木) 10:00~12:00

浜田市の佐々木農場様にて、有機野菜農場でのお仕事見学を予定しています。今回は、シルバー人材センターとして初めての試みです。農作業の工程や野菜の栽培へのこだわりを知る貴重な機会となります。新たな仕事との出会いや、地域の仕事をを知るきっかけに。



技能講習

介護施設での補助スタッフ育成講習

- 松江プラバホール (松江市) 10月21日(水)~23日(金)
- パルメイト出雲 (出雲市) 11月18日(水)~20日(金)
- あすてらす (大田市) 12月10日(木)~11日(金)

剪定業務補助スタッフ育成講習

- 奥出雲町内 ※調整中

就労見学

- 隠岐ビューポートホテル(隠岐郡) 11月6日(金)



これまでの
知識・経験に
学びを
プラス+

シルバー会員を対象にした 各種研修・セミナー

コーディネーターを介したマッチングに加え、段階的かつ体系的な教育訓練は派遣事業の強みのひとつです。シルバー派遣事業でも、それぞれが有する知識・経験にプラスして、業務に必要な学びの機会を設けています。各地域のシルバー人材センターでのスキルアップの様子をご紹介します。

島根県シルバー人材センター連合会

「キャリアアップ研修」 調理業務の基本は 「手洗い」にあり

大田、美郷エリアの会員向けキャリアアップ研修の第1弾として、9月11日(金)に調理関係業務の研修を、大田まちづくりセンターで行いました。

講師の株式会社フーデックの代表取締役 照沼英則さんは、国内外の大手ホテルで料理長を務め、近年は島根県内でも飲食事業所はもとより、地域でも指導をしておられる著名なシェフ。参加者8名はプロの料理人から調理の手ほどきを受けると、到着するや否やエプロン、三角巾、マスクを着し待機していました。

当日のメニューは小泉八雲が絶賛したと言われる「マスタードバター」を使ったサンドイッチ、ヴィシソワーズ(じゃがいものスープ)、ブラウニの3点でしたが、参加者が実際に調理したのはサンドイッチのみ。



長年のキャリアを感じさせる講師の照沼さん

食品衛生の説明に耳を傾ける会員たち

スープやブラウニは調理時間が長くなるため、あらかじめ仕込み済みで盛り付けの実習となりました。というのも、この日、講師の照沼さんから参加者に一番伝えなかったのは『調理業務は「手洗い」に始まり、「手洗い」で終わる』ということだったからです。



食したもののしか分からないプロの味

調理関係の派遣依頼は、飲食店の他にも介護施設、保育園からも入る業務ですが、どこの業界においても、この基本は外せないと言照沼さんは言います。近年、食品衛生に関する重大な事件が多数発生しているため、法律での規制は年々厳しくなっています。万が一集団食中毒が発生すると、経営トップの謝罪、賠償問題はもちろん社会的な信用の失墜から、廃業に追い込まれることさえあります。

主に補助的な業務を担うシルバーの派遣会員といえども、日々の業務運営においてはチーム内での重要なスタッフの一員です。初めは緊張していても、慣れてくると「これくらいは大丈夫だろう」という気の緩みが大きなトラブルに発展する可能性があり、仕事をする上では互いに注意し合える「チームワーク」(人間関係)が重要であると繰り返し伝える照沼さん。大きく頷く参加者の背中がとても頼もしく映りました。

津和野町シルバー人材センター

「認知症 サポーター 養成講座」

令和7年12月10日(水)小川公民館において、認知症サポーター養成講座を包括支援センター協力のもと、津和野共存病院副院長の飯島献一先生を講師にお迎えし、開催いたしました。

記憶のメカニズム(覚えて、ためて、思い出す)から新しい認知症観(令和6年12月発足)等の説明を受け、受講後全員に認知症を支援するサポーターの目印として、オレンジ色のブレスレット「オレンジリング」が渡されました。



認知症について学び、理解を深めました。

松江市シルバー人材センター

「交通安全講習会」

松江警察署の職員から道路交通法改正、スピードと停止距離の関係についての講習を受けました。
その後、認知機能等について個人個人が機械を使って確認しました。



公道会場で反応検査を受ける会員、何歳かな？



松江会場でも反応検査を体験、反応よし、若いね。



皆さん真剣です。



松江警察署の職員から道路交通法改正について学ぶ

「人権・ハラスメント研修」

パワハラ、セクハラ、カスハラ、『知らなかった』では済まされません。受ける側が負担を感じれば、それはハラスメントであり、決して許されないことをしていると自覚しないといけません。

（松江市人権男女共同参画課 教育指導講師）



人権男女共同参画課からハラスメントは、「知らなかった」では済まされない!! 参加者は真剣です。

Information

令和8年度新企画

島根県シルバー人材センター連合会

「キャリアアップと
しごと探しのための
セレクトセミナー」

モデル地域としてさまざまな取り組みを行っている大田市・美郷町、そして江津市。

令和8年度は、調理補助業務のほかにも「介護助手のおしごと」「宿泊施設・飲食店でのおしごと」をテーマとしたキャリアアップ研修を実施します。

このたびは、すでに該当の業務に従事する

身体介護なし! 周辺業務のみ!!
忙しい介護現場のサポーター
介護助手のおしごと
※ミニガイダンス
先着30名
11月11日(水)14:00~16:00
会場:あすてらす 研修室6
申込期限:11月6日(金)

いろいろな職場でも役立つ
ホーリスター・ハウスキーパーのノウハウ
**宿泊施設・飲食店での
おしごと**
※ミニガイダンス
先着30名
令和9年**1月13日(水)14:00~16:00**
会場:あすてらす 研修室6
申込期限:令和9年1月8日(金)

学びにプラスで
キャリアアップ!



会員のスキルアップと新規会員募集をミックス、技能講習と同様に就業開拓と一体となった企画です。

出雲市シルバー人材センター

「初めての介護補助
スタッフ養成講習」

12月16日(水)~18日(金)

会員の方やこれから会員になろうとお考えの方を対象に、短時間での介護補助のお仕事について学ぶ講習を開催します。

介護の基本や実際の介護現場での実習体験を通して、介護補助の仕事を経験していただきます。

今回の講習は市内の特別養護老人ホーム清流園様のご協力のもと実施します。

■ シルバー人材センター 研修日程及びカリキュラム(仮)

月日	時間	研修内容
	9:30~10:00	開講式・オリエンテーション
12/16(水)	10:00~12:00	1班 介護の基本 (尊厳の保持・自立支援、認知症について)
	13:00~15:00	2班 実習 (体験:通所介護)
	13:00~15:00	1班 実習 (体験:通所介護)
	13:00~15:00	2班 介護の基本 (尊厳の保持・自立支援、認知症について)
12/17(木)	10:00~12:00	1班 生活支援技術 (移動など基本的な技術)
	13:00~15:00	2班 実習 (体験:特別養護老人ホーム)
	13:00~15:00	1班 実習 (体験:特別養護老人ホーム)
	13:00~15:00	2班 生活支援技術 (移動など基本的な技術)
12/18(金)	10:00~12:00	生活援助について(基本的な心構え・注意点など)
	13:00~14:00	まとめ
	14:00~15:00	人材センターからの連絡 閉講式

事業所の みなさま

人材確保のプランB シルバー派遣事業

「繁忙期だけでいいので」「1～2時間の仕事なんだけど」「まとまった人数が必要」などとお困りのときの**プランB**。シルバー派遣事業が、**face to face**で人材確保をサポートします。

シルバー派遣事業の活用ポイント

介護分野でのノウハウを活かした取組

とりわけ介護・子育て分野で進められている「業務の細分化・切り出し」による補助スタッフの導入を、ご提案しています。島根県内でも様々な業種・職種で約500件の事業所にご活用いただいています。

資格が必要な業務は
専門職員が担当



軽易なお仕事は
補助スタッフにお任せ



安心・安定！ 対面でのコーディネート

キャリアコンサルタント資格等を有する職員が、業務内容や条件等を直接伺った上で、ご提案・マッチングします。特に初回などはお時間をいただくことにはなりますが、最適な人材確保に努めています。もちろん、スタッフとも対面でサポートしています。

編集後記・・・



秋の気配が深まり、松江城下を彩る「水燈路」の行灯の明かりが、温かく感じられる季節となりました。夏から秋へと季節が移り変わり、ここ最近では、気温の変化とともに食べたいと思うものも変わってきました。サツマイモやカボチャ、きのこやサンマなど秋を感じる食材が食べたくなります。

季節の変化を感じながら、季節のおいしいものを味わうことは日々の暮らしの楽しみでもあります。

昨今AIの進化で、自然な会話や文章、画像の生成、音声の文字起こしなど、これまで時間や手間をかけていたことが容易にできるようになりました。AIにできることはこれからますます増えていくでしょう。

今号でも紹介したシルバー人材センターが進める「介護助手」は介護の専門的な分野を担うのではなく、補助的な業務を通して介護現場を支えるものです。

AIや機械化によって効率化できても、「相手を思いやる気持ち」や「相手に寄り添うあたたかさ」は人間だからこそ生まれるもの。補助的な業務であっても、そこにある人と人との関わりは、AIには代えられない大切なものです。

シルバー人材センターはこれからも、地域と事業所、そして会員の皆様をつなぎ、人と人とのつながりを大切にしながら地域の活性化に努めてまいります。

お仕事のお申込み・お問い合わせは、各地域のシルバー人材センターが承ります。詳しくは下記HPにてご確認ください。



公益社団法人
島根県シルバー人材センター連合会
〒690-0887 松江市殿町8番地3 タウンプラザしまね2階
TEL 0852-28-1171 FAX 0852-28-1173

●E-mail
shimane-ren@sjc.ne.jp

●HP
<https://webc.sjc.ne.jp/shimane/>