

# シルバー須高

## 第71号

(公社)須高広域シルバー人材センター  
広報委員会

### あけましておめでとうございます



シルバー農園(高橋農園)にて収穫交流会

シルバー人材センター  
(愛称「生き生きセンター」)

新年明けまして、おめでとうございます。皆様には、お健やかに新年を迎えのこととお慶び申し上げます。昨年夏、「(仮称)イオンモール須坂」が、来年秋オープン予定と報じられました。センターも会員の就業先として大いに期待を寄せ、今年最重要課題と位置付け就業先の開拓とともに多業務者の拡大に努めたいと考えております。

また、新規入会者の動機では、毎年、「生きがい・社会参加」がトップとなっており、次いで、「時間的余裕」、「健康維持・増進」、「経済的理由」、「仲間作り」の順で、年齢が高いほど「健康維持・増進」の割合が高い状況でありまして、センターは、地域の高齢者の方々が就業を通じて地域社会に貢献していただくとともに、生きがいや健康維持などの居場所づくりとしても重要な役割を担っております。

本年も、役員、会員が「一丸となつて「生きがい就業」を通して、社会の福祉と活性化に寄与すること、地域に活力を生み出し、地域社会に貢献できるように取り組んでまいりますので、皆様方のご支援とご協力を心からお願ひ申し上げます。

新年のあけまして、皆様方の益々のご健康とご多幸を心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたしま



新年のごあいさつ  
理事長 根津 俊男

# シルバー人材センターのなぞ解き

## 特集



須高広域の窓口担当です。  
「シルバー人材センター」に対する  
イメージを教えてください。

そうだな・・・希望する仕事がない  
それに・・・魅力を感じない  
昔からあって、わずらわしい組織みたい



あら、あまり良いイメージではありませんね。  
仕事については6頁を読んでくださ～い。  
それでは、シルバー人材センターの**魅力**をご  
案内いたします。下図をご覧ください。

### 仲間づくりができる

互助会活動やサークル活動  
など新しい出会いがあります。

### 参加のメリット

#### 就業により

「配分金・賃金」が得られる  
暮らしにゆとりができます。

具体的な活動内容は3頁

#### 就業を通じて

「生きがい、社会参加」が  
できる

社会とのつながりは健康に良い  
影響を与えます。

### 自分に合った働き方が できる

本格的な就業ではなく月に  
10日・週20時間程度の就業  
です。



#### 健康の維持・増進

活動的なライフスタイルは、健康  
的な心身を作ります。

シルバー人材センターは、

地域の高齢者が組織し、自主的に運営している団体です。

長年培った経験・技能を活かし「臨時的・短期的」な就業を通じて活力ある地域社会づくりに貢献することを目指しています。

また、活動に参加することにより「社会参加」や「仲間づくり」ができ、いきがいや、やりがいにも繋がります。

そして、人生100年時代を見据え、働く意欲と能力のある全ての元気な高齢者が、年齢にかかわらず地域社会に参加し、直面する地域課題の解決に取り組みながら活躍できる社会が「生涯現役社会」であり、シルバー人材センターが果たす役割は、益々重要となつて期待されています。

**「会員互助会「みつば会」の活動」** 会員年額500円とセンターからの助成金で運営しています



理事長杯マレットゴルフ大会



会員親睦旅行「高野山の旅」



会員交流研修会



会員作品展&バザー



イベント参加「ふれあい広場」



ボランティア「施設で喫茶」

**「サークル活動」** 他に、マレットゴルフ(4頁で紹介)健康麻雀(前月号で紹介)ゴルフあります



手遊びの会



生け花



童謡唱歌

**「交流・公開講座事業」** 全ての事業は、割当てや当番制ではなく、各自の判断で参加しています



シルバー農園での植付・収穫交流



児童センターでのしめ縄作り交流



小布施「六斎市」出店参加



地区別ボランティア「環境美化」



公開講座「野菜の育て方」



料理講習会「伝統野菜料理」

## サークル活動紹介

### みつば会マレット ゴルフクラブ

会長 三田 善治

現在マレットゴルフクラブ会員は、男性11名女性7名で活動しています。毎月第2、第4木曜日に百々川緑地公園にて午前8時30分より練習をしています。また、年2回春と秋にクラブの大会を開催しています。

にクラブに入り、プレーをやり一喜一憂してはいかがでしょうか。仕事を忘れて、会員と一緒に楽しみましょう。皆様のご入会をお待ちしております。

新型コロナウイルスも収束する気配がなく、時々医療機関にお世話になりながら、運動不足解消、仲間づくり、マレットゴルフを楽しんでいます。会員の皆様も日々仕事をされていると思いますが、気分転換



## 会員の声

### 元気になれるステキなお仕事

高山A班 小松 良子

シルバー人材センターに入会して数年、あるとき新しい仕事を紹介していただきました。

それは我が子もお世話になった「たかやま保育園」の園児が利用するトイレの清掃作業でした。

昨年の五月から勤め始めましたが、四十数年ぶりに訪れた保育園は昔の面影は無く、とてもきれいに改装されており驚きました。

園児の皆さんに気持ち良く使ってもらいたいと思つての清掃ですが、なんといつても小さくかわいい便器です。

足腰に負担がかかり、最初は不安にもなりましたが、最近では慣れてきて清掃にやりがいを感じています。

トイレを使うときに「おしっこしていいですか」と声をかけてくれ、終わつてからは「ありがとうございます」と言つていく男の子。

自宅の庭の花を持っていきトイレの花瓶に飾ると「なんのお花？きれいだね！」と声をかけてくれる女の子。

またある子は「ぼく、きのう飛行機に乗ったんだよ！」と嬉しそうに話しかけてくれました。

何気ない会話でも、純粋なこどもたちからパワーをもらい、これからも頑張れそうです。

お仕事が終わって保育園を出たときに空を見上げれば真っ青な空に白い雲が浮かび、心の充実を感じます。

昨年九月にはシルバー人材センターが開催した「プロに学ぶおそうじマイスター講座」を学ぶ機会がありました。

保育園でのお仕事にもとても役立ち、日常生活においても参考になっています。

シルバー人材センターの会員として活動できることに感謝し、これからも体には充分気を付けて

これからの生活を続けていきたいと思つています。



## シルバー寺子屋「春休み教室」

メリハリのある春休みを過ごして新学年を迎えよう

教職経験のあるシルバー会員が  
中心となり学習等をサポートします



春休みの期間を使って、苦手な科目の課題(宿題)をサポートします。ただし、タブレットでの対応はいたしません。やりきれなかった通信教材にも対応します。

**日程** 3月20日(水)～26日(火)のうち5日間  
**9:30～11:30**

**会場** 須高広域シルバー人材センター カッタカタ館  
須坂市福祉会館隣接(馬場町1218番地)

**対象** 小学新3年生～新6年生(現2年生～5年生)

**受講料** 4,000円(5日間)

**定員** 各学年4名程度(15名程度)

**申込期間** 2月1日(木)～2月29日(木) 先着順です

### 教職経験のある方、大募集

会員になって、一緒にシルバー寺子屋事業で小学生の学習をサポートしませんか。

入会説明会(1/17、2/21)お待ちしております。

申込み・問合せ先

平日 8:30～17:15 ☎ 026-246-2003

## 「野菜の栽培方法 シリーズ17」

恒例の春まき野菜の育て方講座を開催します。今回で17回目となり、毎回、受講者が多い人気講座です。

家庭菜園を始めて、福祉会館やbotaで販売しませんか?

**2月15日(木)**  
午後2時～3時30分

参加費  
無料

**場所** 須坂市福祉会館2階 作業・訓練室

**定員** 40名 (定員になり次第締め切りますのでお急ぎください)

**講師** 元農農業改良普及センター須坂支所長  
小林 靖子 氏

※ 駐車場は長電パーキングをご利用ください。  
チケットをお渡しします。



## 会員作品展とチャリティーバザー

**〔日時〕**  
3月9日(土)・10日(日)  
午前10時～午後3時

**〔会場〕**  
須坂市福祉会館(馬場町)

**〔開催内容〕**

- 作品展  
書道・絵画・手芸・工芸・生花 他
- チャリティーバザー  
野菜・米・おやき・手芸品・衣類・日用品などの販売

地域の皆様との「ふれあい」そして「セーターの活動周知」などの場として、「セーターの活動周知」など、心をこめてお待ちしております。

## 請負業務契約における 事務費改定のお知らせ

当センターご利用の皆様、事務費改定のお知らせがございます。

本年4月1日付け契約分から、請負業務に係る作業などの事務費率について、現行の8%から2%引き上げて、10%にいたします。

ご承知のとおり、昨今の物価高騰による事業運営の安定的な継続が危惧されることに加え、消費税法改正に伴う新たな税負担に対応するものです。

この間、事務の効率化や経費削減など鋭意努めてまいりましたが、さらなる遅延対応は困難であります。

皆様には、大変ご迷惑をおかけし、誠に不本意ではございますが、何卒、諸事情をご賢察のうえご理解をいただき、今後とも変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



### 入会説明会(各事務所)

(原則毎月第3水曜日)

13:30~(2時間位)

1月17日・2月21日

3月13日・4月17日

5月15日・6月19日

7月17日

本所では、上記説明会に加え、5月~7月の第2水曜日も同様に開催します。

5月8日・6月12日

7月10日

# — 会 員 募 集 —

## 公益社団法人 須高広域シルバー人材センター

〒382-0076 長野県須坂市馬場町1218番地(須坂市福祉会館内)

TEL:026-246-2003(代)

FAX:026-246-2579 E-mail:sukou@sjc.ne.jp URL <https://webc.sjc.ne.jp/sukou/>  
小布施事務所(老人福祉センター桃源荘内) 開所日:月・水・金曜日 8:30~12:00

高山事務所(保健福祉総合センター内) 開所日:火・木・金曜日 13:00~17:00

- ◆ 須高地区に在住している60歳以上で、趣旨に賛同いただける方
- ◆ 入会説明を受け、入会申込書を提出した方
- ◆ 定められた会費の納入をいただける方  
(年会費3,000~1,000円 入会月により変わります)

※ 1か月一人当たり平均30,000円位の配分金を得ております。(令和4年度実績)

### 📧 請負・委任事業



宛名書き・賞状書き



皿洗い・給食作業・賄・配膳



施設管理



刃物とぎ(包丁・かま・なた)



植木剪定・消毒  
障子・襖の貼り替え



福祉・家事援助



屋内外の簡単な作業



草取り・草刈り・農作業

その他の仕事についてもセンターへご相談ください

### 📧 シルバー派遣事業

請負による形態でお仕事がお引き受けできない「指揮命令を伴う作業」や「従業員との混在作業」などは、労働者派遣事業として就業することができます。多様なニーズに応えることが可能となっていますのでご利用ください。

### 表紙の写真



シルバー農園(高橋農園)にて収穫交流会  
11/8 子育て支援センター利用者親子を招いて、大根、ねぎ、さつまいもの収穫を一緒に行っている交流会。仲良く一休み。

あけましておめでとようございませす。  
新年もシルバー会員として、第2の人生を楽しみ、有意義に過ごせればと思います。おかげさまで会員として十数回目の新年を迎えました。  
健康維持、収入等々いろいろ目的はありますが、何事にも前向きにむきあい、健康に注意しながら、一年楽しく過ごしたいと思えます。  
(永田)

## 編集後記