

# シルバーたかさま

No. 131・秋号

公益社団法人  
高崎市シルバー人材センター  
発行・編集：広報委員会



令和6年(2024年)10月

X(旧 twitter)



ホームページ



— 平成5年に現在の土地に建設された高崎市シルバー人材センター(建設当時) —

高崎市シルバー人材センターは、昭和56年から平成5年までの間、高崎市高松町5番地28にあった福社会館(現 地域活動支援センターアロマ)の2階に事務所がありました。現在の本部事務所は、平成4年から着工し平成5年に建設され、高崎市江木町1527番地1に移転したものです。

公益社団法人 高崎市シルバー人材センター本部  
ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/takasaki>

〒370-0046  
高崎市江木町 1527-1

TEL 027-322-0206  
FAX 027-325-9432  
✉ takasaki-silver@sjc.ne.jp

## （日高遺跡公園 草刈り清掃作業編）

### ●日高遺跡公園

日高遺跡公園は昭和52（1977）年の関越自動車道建設に先立つ発掘調査の際に発見され、弥生時代後期の墓域と水田跡などが見つかりました。その後、弥生時代後期の居住域・生産域・墓域が一体的に保存されている重要な遺跡であることが明らかになり、平成元（1989）年に国の史跡に指定されました。（63000㎡）

現在はJR上越線北側エリアが開園していて、水田エリア、環濠エリアの一部と屋外体験施設、広場エリアが整備され多くの方々を訪れる公園です。

遺跡公園は地域の歴史を未来に伝える大切な場所です。その美しい景観を守るために日々汗を流し、草刈りや清掃を担当する会員の奮闘ぶりを紹介します。



平成25年3月 高崎市教育委員会

### ・会員の作業の様子



整備された公園

9月初旬のまだ30度を超える暑さの中、今日も美しい公園を守るため草刈り作業に汗を流しています。朝の打ち合わせで作業内容を決め、協力して作業を行います。

就業態勢は4名の交代制で通常2名で行い、7～9月は草の伸びが早いいため3名で、12～2月は1名で行います。取材当日も、草刈り機を駆使して3名の会員が広大な草地を丁寧に刈り込んでいました。

草刈り作業は広範囲に及び、特に夏場は暑さとの戦いです。こまめに水分補給をし、暑さ対策をしながら作業を進めています。また怪我にも常に注意し、自分自身は勿論のこと他の人に怪我をさせないよう徹底して安全管理に努めています。草刈りでは1日に2万～3万歩も歩くので、健康維持にも役立っています。

女性会員は主にトイレ掃除を担当し、土・日・祝日を3名で交代して作業を行っています。また、夏の草の伸びが早い時期は、平日の午前中

だけ草取りをすることもあります。トイレはとても綺麗に掃除されていて、公園の利用者が気持ちよく使用できます。鏡の前には会員が持ってきた花が飾られ、明るい雰囲気になっています。利用者の方から「おばちゃん、綺麗にしてくれてありがとね。」と声をかけられることもあるそうです。

### ・管理者の中島さんのお話

中島さんにお話を伺うと、会員の方々はチームワークも良く、公園の維持管理に熱心に活動してくださっています。63,000㎡という広大な敷地を、開園当初から良好な状態に保つことは大変だとおっしゃっていました。

#### ① 会員の仕事内容

会員は、男性4名、女性3名の計7名で交代制就業を行っています。

男性：主に草刈りや清掃を担当。通常は1日2名で作業を行っていますが、7～9月は草の生育が旺盛なため1日3名、12～2月は1名体制で対応しています。担当箇所は固定しておらず、毎朝ミーティングでその日の作業内容を決定しています。

女性：主にトイレ清掃を担当。土日祝日に交代で就業し、夏季には、草丈の伸びが早い時期に合わせて、午前中に3時間程度の草むしり作業をお願いすることもあります。

#### ② 夏の暑さ対策

昨年に引き続き、厳しい暑さが続いています。会員の皆さんは、ファン付き作業着の着用や冷却タオルの使用、こまめな水分補給など、各自で暑さ対策を徹底しています。

#### ② 公園環境への影響

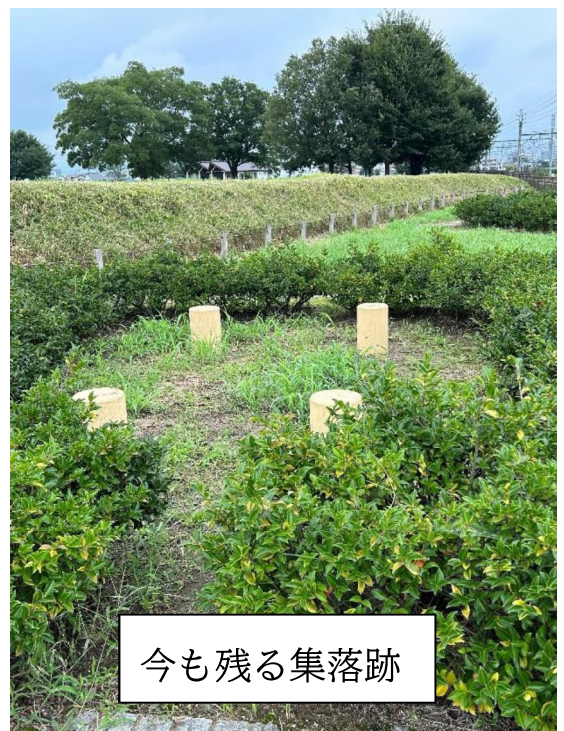
目立った変化はありませんが、広大な公園を良好な状態に保つことは、会員の方々の日々の努力があってこそ実現していることです。

#### ④ 会員の仕事ぶり

会員の方々は、チームワークも良く、協力して仕事に取り組んでくださっています。トイレも非常に清潔に保たれており、特に女性会員の方々が、ご自宅から花を持ち寄って飾ってくださっているのは、大変素晴らしいと思います。ぜひ一度、その様子を見に行っていただきたいと思います。

### (取材を終えて)

日高遺跡公園は、広大で緑豊かな素晴らしい公園です。公園を訪れる人々が快適に過ごせるよう日々努力されているのが感じられました。いずれ南側のエリアも整備予定とのこと。ぜひ皆さんも訪れてみてはいかがでしょうか。お忙しい中、取材に対応していただきました管理者の中島さんに感謝申し上げます。



## ◇ゴルフサークル 第1回月例会(コンペ)開催

■令和6年9月12日(木)吉井南陽台ゴルフ場において、高崎市シルバー人材センターゴルフサークル(TSG)による第1回の月例会(コンペ)が開催されました。



当日は、天気にも恵まれ快晴の中、多くの参加者が和気あいあい真剣にプレーを楽しみました。

高崎市シルバー人材センターゴルフサークル(TSG)は、今後とも月例会を開催していきます。



## ◇ハイキングサークル

■北八ヶ岳/北横岳(2,480m)のハイク 2024.9.30 天候 曇り一時の晴れ間

八ヶ岳連峰の北端、北横岳に行きました。猛暑の年で夏が長くなり、紅葉には早過ぎるかと気にしながらのハイクでした。(このサークル活動は3月から11月にかけて1回/月のペースで、年間の日程と目的の山を予めサークルの総会で決めてあります)

(6:00)シルバー人材センター駐車場発▶高速道路使用して佐久南経由八ヶ岳ロープウェイ山麓駅着(8:30)

▶山頂駅の坪庭からハイクスタート(9:00)▶坪庭をぬけ北横岳山荘着(10:30)小休止▶北横岳南峰(11:00)

▶北横岳北峰(11:20)着おにぎり休憩▶七ツ池(12:00)▶坪庭戻り(13:20)ここで豚汁パーティー(13:50~)

▶ロープウェイ山頂駅発(15:00)▶望月温泉着(16:00)入浴、発(17:00)▶シルバー人材センター戻り(18:40)

坪庭は溶岩堆積の場所に高山植物を配した雲上の庭園。ここを抜けて北横岳に向かうと一気に岩場の道となり、標高差のワリにキツかったと感じました。

下山後3台のバーナーで豚汁を作り、満喫しました。

山行記録



## フリーランス新法に関する情報 第3段

フリーランス法(特定受託事業者に係る取引の適正化等に関する法律)は、令和6年11月1日から施行されます。

センターは、フリーランス法に対応した契約方法に順次移行していきます。

## 会員の皆様へお願い

### 高崎市シルバー人材センター会員業務就業規約の確認と同意を！

フリーランス法に対応した契約方法により同センターホームページ上に「会員の方がセンターを通して就業する際の基本的なルール(就業条件等)」を定めた会員業務就業規約を掲載しています。また会員の皆さまへ同規約をご送付いたしました。ご確認とご同意をお願いいたします。

会員マイページ  
Smile to Smile

### 会員マイページの登録確認とメールアドレスの登録

フリーランス新法が施行されると、発注者・センター・会員の三者間による包括契約となり、会員がセンターから送られる個別業務の就業条件を明示した「会員業務仕様書」に同意(署名不要)することで成立します。「会員業務仕様書」は、スマートフォンまたはパソコンから会員マイページで、各会員がアクセスして確認していただくことになります。また、その他にも便利な機能があります。センター事務局で会員の皆さまを会員マイページへ登録いたしましたので、不明な点があればご連絡ください。

スマートフォン又はパソコンで登録の確認と同サイトにおいて、メールアドレスの登録をお願いいたします。メールアドレスの登録をしていただいた場合、センターからの通知メールを受け取ることが出来るようになりますので、是非登録をお願いします。



会員マイページは、業務仕様書をパソコン・スマートフォン等でいつでも簡単に確認できます。また、センターからのお知らせや、就業情報・配分金明細を確認することもできます。是非、ご利用してください。

高崎市シルバー人材センターのホームページをパソコン又はスマートフォンで開いて、赤丸内の「会員マイページ」をクリックしてください。



「会員マイページ」をクリックしてください

# 「会員マイページ」へのメールアドレス登録方法

「会員マイページ」へのログインしメールアドレス登録をご利用ください  
※スマートフォンまたはパソコンを当初設定した時に設定したメールアドレスをご用意ください。

## 「会員マイページ」にログイン後に、メールアドレスを登録方法

- ① 最初の画面に「こちらでメールアドレスを設定してください」が表示されているので、ここをタップ(クリック)してください。
- ② 次の画面で、ご自身が持っているメールアドレスを入力してください。
- ③ 次のメールアドレス確認画面で、間違いが無ければ、「次へ進む」をタップ(クリック)してください。

## メールアドレス受信の確認

しばらくすると登録したメールアドレスにメールが届きますので、メールを開いてください。

- ④ 「下記の URL にアクセスして、新しいメールアドレスの登録を完了させてください。」表示の次の URL(青字)をタップ(クリック)してください。これで登録は完了です。

## 通常ログイン

ホームページ上の「会員マイページ」をクリックすると、入力画面に送付されログイン ID とご自分のパスワードが既に入力されていますので、ログインボタンをクリックすれば、ご自身の専用ページに接続されます。

※スマートフォンの場合



※パソコンの場合

最初の画面のご自分の氏名表示の下に「※こちらでメールアドレスの設定をお願いします」が表示されますので、上記と同様にお願いいたします。

県内では4年度連続での重篤(死亡)事故が発生しています

県内で5月に会員が就業後に軽トラックで帰宅途中、信号無視のクレーン車に衝突され亡くなるという不幸な事故が発生いたしました。当該会員に過失はなく、加害ドライバーの過失による責が非常に高いですが、しかしながら交通事故はどここのセンターでも起こり得る事案です。

今回の交通事故は被害者の立場ですが、一方で高齢者が交通事故の加害者となる事故事例も年々増加しており、会員が就業途上、または派遣における運転業務で加害事故を引き起こす可能性も高いことが憂慮されます。

●会員の皆さまには、交通事故等に充分気を付けてください。

## 高齢者の皆さん

交通事故に遭わないために「**止まる・見る・確認**」をお願いします

**歩行中**

道路を渡る時

近づく車両が見えたら横断を始めない

**自転車利用中**

一時停止・見通しの悪い  
交差点を通過するとき

交差点は危険な場所  
慣れた道路ほど危険が潜む

**自転車利用中**

道路を横断するときや交差点を通過するときは、  
まず、しっかり止まる  
しっかり周囲を見る  
しっかり安全を確認することを徹底しましょう！

右よし 左よし

～運転者の皆さん～  
「思いやり運転」で交通事故を防止しましょう！

夕暮れ時、夜間、早朝外出時には、

**ピカピカ光る反射材を身につけましょう。**

夜間の運転はライトの上向き走行で！  
上向きライトは100m以上先まで照射できます

反射材 約60m	明るい服装 約40m	黒っぽい服装 約30m	←こんなに違う見える距離
----------	------------	-------------	--------------

夜間、車のライトがロービーム(すれ違い用前照灯)点灯時では、歩行者の服装ごとに見える距離がこんなに違います！

毎月25日は **高齢者交通安全日** です  
群馬県警察

群馬県ホームページ(県警本部)より

## 『刈払機による飛び石事故』に関する注意喚起

- ① 飛散防止ネットの確実な使用
- ② 飛び石の可能性のある位置に駐車した車両の移動 etc.  
※飛び石対策の再徹底をお願い致します!!

刈払機による飛び石事故は、毎年多く発生しています。事故発生時に養生していなかったケースも見受けられます。今後、養生をしないなど事故防止対策をしないまま作業をした場合の事故は、賠償保険の補償対象外になる可能性も考えられます。

刈払機を使えば、飛び石は発生するものです。

飛び石による事故を防ぐための対策として考えられることとは・・・？

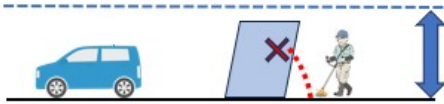
例えば、養生なしで、刈払機は絶対に使わない（養生なしは「論外」）

- ・ 駐車場で刈払機の作業は、請け負わない
- ・ 作業する範囲内の車両等は、事前に移動をしてもらう

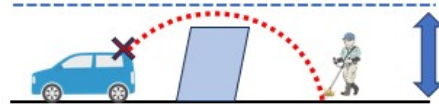
⇒ 飛び石の事故を防ぐために、養生方法の再検討を

- 【距離】
- ・ 機械作業者と養生者は離れすぎないようにする（1～1.5m程度）
  - ・ 飛び石が放物線を描くように飛ぶような場合は、最大の高さに達する前に石をくい止めなければ、養生の効果は望めない

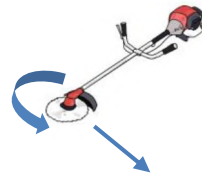
① 効果的な養生位置の例



② 同じ養生でも、効果が薄い例



- 【方向】
- ・ 機械作業者から見て左前が最も飛びやすい。
  - ・ 養生者は、作業者の進行に合わせて動かなければ飛び石を防ぎきれない。➔



## 本格的な冬 暖房器具に注意を

## 11月から暖房器具の事故が急増

11月は暖房器具を使用する機会が増え、石油ストーブの事故や火災が急増する時期です。会員の皆様もご注意ください。



NITE（独立行政法人 製品評価技術基盤機構）によりますと、2018年からの5年間に石油ストーブなどの事故が全国で269件あり、これを月別に見ると、11月は28件と、10月の8件から急増しています。会員の皆様も、石油ストーブ等の暖房器具の取り扱いには、充分注意してください。





# 今さら聞けない スマホの話！

スマホ活用で生活が変わる！  
スマホ初心者のための、スマホ活用ワンポイント



## 3 QRコードを読み込んでみよう

QRコードは、スマートフォンで簡単に読み取れるバーコードのようなものです。お店やイベントなどでよく見かけるかもしれませんね。

このコードを読み込むと、ホームページやマイページへログインなど、様々な情報にアクセスできます。

### 1 カメラアプリを開く

スマホのホーム画面から、カメラのアプリを探してタップします。



### 2 QRコードにかざす

カメラでQRコード全体が枠内に収まるように、スマートフォンをかざします。写真は撮らない、表示するだけです。



### 3 表示されたリンクをタップする

QRコードを読み取ると、通常はホームページのURLが表示されます。そのURLをタップすると、新しいページが開き、目的の情報にアクセスできます。



#### 注意点

**照明:** 暗い場所では、QRコードが読み取れないことがあります。明るい場所で試してみてください。

**角度:** QRコードを正面から読み取ると、よりスムーズに読み取れます。

**ピント:** カメラのピントが合っているか確認しましょう。

**スマホの種類:** スマホの種類によって、操作方法が少し異なる場合があります。お使いのスマホの取扱説明書も参考にしてみてください。

**アプリの更新:** カメラアプリが最新版か確認し、必要であればアップデートしてください。

Microsoft Word

## 好評開催中です！

～その文書Wordの方が簡単かも～

### Wordで作る収支報告書

▶Word基礎講座(全10日間)の第3章(前編)～第4章(後編)の内容から、表入り文書の作成に最低限必要な作業手順に絞って、3日間で修得できることを目指しています。

▶パソコン入門講座受講済み、またはWordの基本操作(ファイルを開く・文字入力と修正・ファイルの保存など)ができることを前提としています。

3日間 受講料8,000円

令和5年度 ○○町内会 収支報告書  
令和5年4月1日～令和6年3月31日

【収入の部】 (単位:円)

項目	内訳	金額	備考
公費		30,000	3,000円×10人
交付金		10,000	
寄付金		5,000	〇〇様
繰越金		20,000	
雑収入		17,000	
収入合計		82,000	

【支出の部】 (単位:円)

項目	内訳	金額	備考
公費	総合連合費	12,000	
	会議費	5,000	
費用	事務費	5,000	
		8,000	
活動費		3,500	
		4,000	
負担金		10,000	
積立金		20,000	
支出合計		67,500	

差引残高14,500円は、令和6年度に繰越いたします。

上記の通り、ご報告いたします。

令和6年4月XX日 会計 高崎 太郎

監査の結果、上記報告書に間違いのないことをご報告いたします。

令和6年4月XX日 監査 江木 次郎

Microsoft EXCEL

## 『開催予定 使いこなし講座 第2段』

### EXCEL使いこなし講座

▶Wordで、ご好評をいただいています「使いこなし講座」のEXCEL版です。  
家計簿の表作成、計算式などを3日間で習得できることを目指しています。



パソコン教室  
ホームページ

### 【2024年10月～12月期 講座一覧】

曜日	コース番号・講座名	開講日程	応募締切日	受講費(円)			
				受講料	テキスト代	合計	
月	(1)Wordで作る収支報告書	10/21 10/28 11/11	10/11	7,500	500	8,000	
	(2)パソコン入門	11/18 11/25 12/2	11/1	7,200	700	7,900	
火	(3)Excel基礎(前編)	10/1 10/8 10/15 10/22 10/29	9/24	9,500	2,200	11,700	
	(4)Excel基礎(後編)	11/5 11/12 11/19 11/26 12/3	10/28	9,500	2,200	11,700	
木	(5)Wordで作る収支報告書	10/1 10/8 10/15	9/24	7,500	500	8,000	
	(8)パソコン入門	11/26 12/3 12/10	11/18	7,200	700	7,900	
金	(10)Word基礎(前編)	10/3 10/10 10/17 10/24 10/31	9/26	9,500	2,200	11,700	
	(11)Word基礎(後編)	11/7 11/14 11/21 11/28 12/5	10/30	9,500	2,200	11,700	
火	(12)パソコン入門	11/28 12/5 12/12	11/21	7,200	700	7,900	
	(13)Excel基礎(前編)	10/18 10/25 11/1 11/8 11/15	10/11	9,500	2,200	11,700	
金	(14)Excel基礎(後編)	11/22 11/29 12/6 12/13 12/20	11/15	9,500	2,200	11,700	
	(15)パソコン入門	10/4 10/11 10/18	9/27	7,200	700	7,900	
火	(16)Wordで作る収支報告書	11/29 12/6 12/13	11/22	7,500	500	8,000	
	短期講座(同一週3日間)						
火 木 金	午後	(6)Wordで作る収支報告書	10/22 10/24 10/25	10/15	7,500	500	8,000
		(7)Wordで作る収支報告書	11/5 11/7 11/8	10/28	7,500	500	8,000
		(9)Wordで作る収支報告書	12/17 12/19 12/20	12/10	7,500	500	8,000

地区	新しい仲間	令和6年9月末現在
中央	2	24
西・北	1	39
城東・東	2	62
南・城南	2	34
塚沢	4	110
大類・京ヶ島・滝川	5	89
片岡・乗附・石原・寺尾	3	88
佐野・中居	4	157
六郷	4	65
中川	—	68
新高尾	—	34
八幡	3	77
豊岡・鼻高	2	54

地区	新しい仲間	令和6年9月末現在
長野	—	56
南八幡	1	49
岩鼻	4	27
倉賀野	1	56
倉淵	2	35
箕郷	5	121
群馬南	5	87
群馬中央	3	87
新町	1	44
榛名	6	111
吉井	6	148
<b>合計</b>	<b>66</b>	<b>1,722</b>

会員数

令和6年9月末現在

	男性	女性	計
本部	748	385	1,133
榛名倉淵	99	47	146
箕郷群馬	197	98	295
吉井	106	42	148
<b>合計</b>	<b>1,150</b>	<b>572</b>	<b>1,722</b>



配分金支払日

10月18日(金)
11月20日(水)
12月20日(金)

編集後記

秋号の編集を行った9月26日には朝夕涼しくなりましたが、今夏も大変暑い夏でした。秋号が皆様へ届く頃には、上毛の山々も紅葉に染まっている頃でしょう。さて、今号の内容には日高遺跡公園の草刈りや清掃作業奮闘記を記載していますが、その他で就業されている会員の方々、また巻末の会員活動記録に記載されているキッチンカーで焼きそばを焼いていただいた女性会員の皆様、本当にお疲れさまでした。

秋といえば、行楽・スポーツと外出の機会が増えます。おいしい食べ物もたくさん出ています。何事も「過ぎたるは及ばざるがごとし」、車の運転・トレーニング他、適度な行動を心がけていきましょう。

— 追伸 —

会員マイページへの接続、まずは気楽にやってみましょう！

広報委員 丸山 勝義

## 活動経過

令和6年

7月	2日	キッチンカー出店 (本部駐車場)
	3日	就業講習会 (参加者14名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者18名)
	4日	手芸サークル
	8日	安全パトロール
	9日	交流サロン (はくもくれん)
	11日	手芸サークル
	16日	ウクレレサークル
	17日	就業講習会 (参加者6名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者10名)
	18日	手芸サークル
	19日	6月配分金支払日
	22日	第2回安全委員会
	23日	交流サロン (はくもくれん)
	24日	第134回理事会
	27日	キッチンカー出店 (吉井物産センター)
	29日	ウクレレサークル
	//	手芸サークル
	30日	安全パトロール
8月	1日	キッチンカー出店 (本部駐車場)
	5日	安全パトロール
	7日	就業講習会 (参加者8名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者7名)
	13日	交流サロン (はくもくれん)
	//	ウクレレサークル
	18日	キッチンカー出店 (下之城町内会)
	20日	7月配分金支払日
	21日	就業講習会 (参加者8名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者10名)
	25日	キッチンカー出店 (金古2区町内会)
	26日	ウクレレサークル
	27日	交流サロン (ウクレレサークル演奏会)
9月	2日	キッチンカー出店 (本部駐車場)
	4日	就業講習会 (参加者8名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者14名)
	10日	交流サロン (はくもくれん)
	12日	ゴルフサークル
	17日	ウクレレサークル
	18日	就業講習会 (参加者19名)
	//	新規入会希望者説明会 (参加者19名)
	19日	未就業会員相談会
	//	手芸サークル
	20日	8月配分金支払日
	21日	キッチンカー出店 (吉井物産センター)
	24日	交流サロン (はくもくれん)
	//	群馬県連合樹木剪定講習会
	25日	第135回理事会
	//	群馬県連合樹木剪定講習会
	30日	ウクレレサークル

## お知らせ

### 会員の作品・投稿を募集

会員の皆様からの作品・投稿を募集しています。写真・絵画・紀行文・私の趣味など何でも結構です。

作品は200字程度(写真1~2枚)で郵送、持参、電子データでの投稿をお願いいたします。皆様の投稿をお待ちしています。詳細につきましては、本部事務局までご連絡ください。



### 新規会員随時募集中です！

お知り合いの方で働く意欲のある方がいらっしゃいましたら、シルバー人材センターをご案内ください。

### 就業報告書の提出期限を守りましょう

仕事が終了したらすぐに。月末締めの方は**翌月3営業日**までをお願いします。

### 令和6年度 年会費納入について

年会費未納者はお近くの本部または連絡所窓口にて、現金2,400円を納めてください。尚、年会費が未納の方には仕事の紹介をしておりませんのでご注意ください。



### 未就業会員の皆様へ (就業への近道)



気軽に事務局に電話したり、訪問してください。就業への近道です。

連絡先: 高崎市シルバー人材センター

本部事務局 <TEL027-322-0206>

