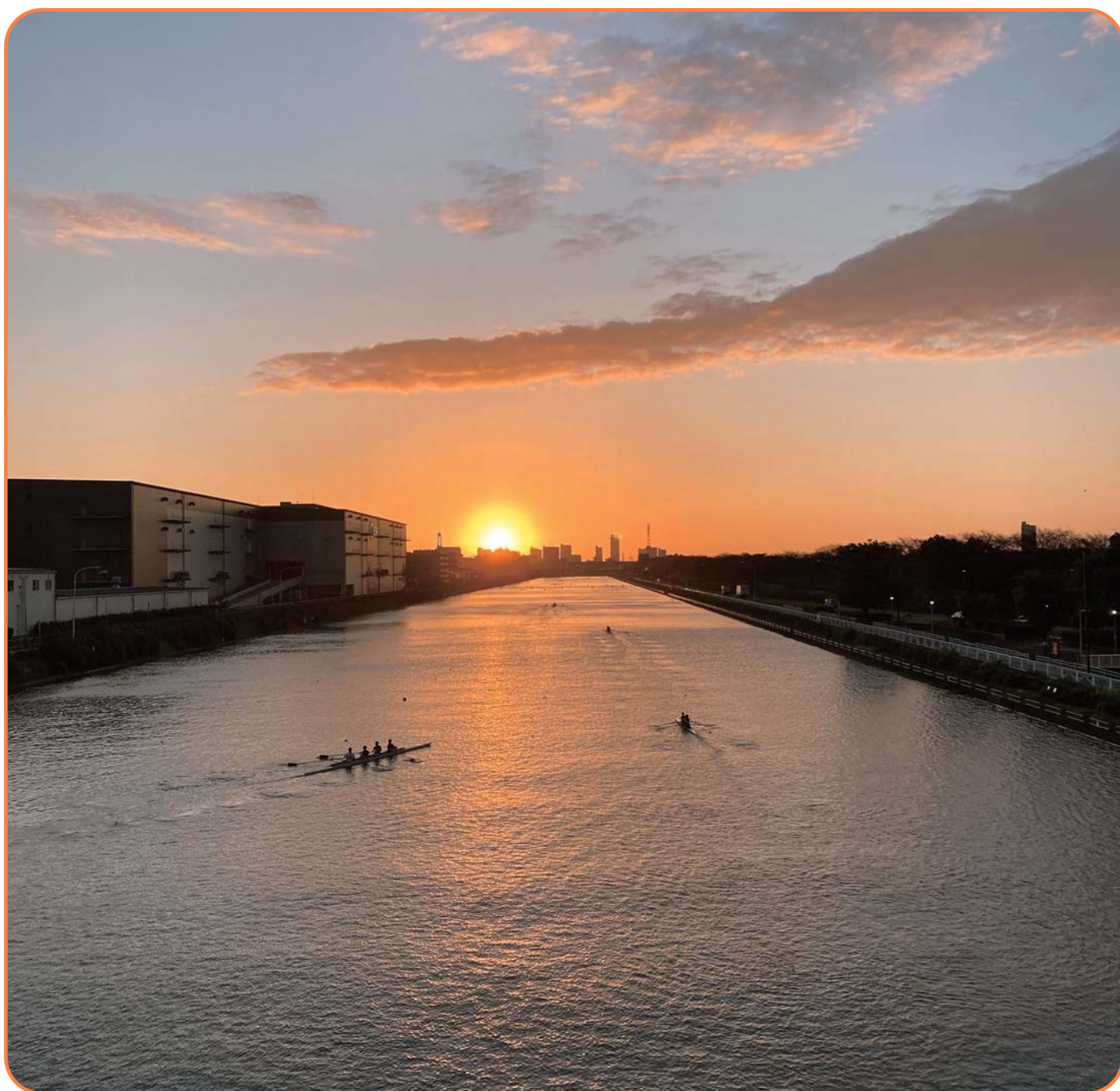


シルバー だ・よ・り

秋号

vol. 177

2025.10



事故
0
宣言

令和7年度安全就業スローガン 優秀作品/吉川 信也会員

一瞬の その判断で 事故は減る

〈調理補助〉

新曽南の第一倉庫冷蔵株式会社のある広大な敷地の一角に、富士食品商事株式会社がフードサービスを提供する社員食堂があります。そこで調理補助のお仕事をしている窪田会員を訪ね、お話を伺いました。

「シルバー人材センターでこちらをご紹介いただき、昨年の7月から働いています。就業は週2日、午前10時から午後2時、3名のローテーション制で行っています。業務内容は、食堂に配達される調理さ



料理の盛り付け

れたお料理を、LINEで送っていただいた予約人数と盛り付けの写真を確認し、人数分を盛り付けしてお出します。メニューは利用される方が飽きないようにバラエティに富んでいて、料理の評判もすごくいいですよ。利用されている社員の方々と顔見知りになり、和気あいあいとしています。お仕事をしていてうれしいことは、『美味しかったよ、きょうは暑いけど大丈夫?』と声をかけていただいたときです。ここでずっと働きたいですね」といきいきとした表情でお話ししてくださいました。



窪田さん

富士食品商事の清水様からは「何と言っても、人生経験が豊富なので利用者とのコミュニケーションがよくできていますね。また、交替制でやって頂けるので、急な休みにも対応していただき、仕事に穴が開くことなく、すごく助かっています」とのことでした。

私にも踊れた♪♪「やさしい懐メロダンス」



♪それじゃあ さよなら元気と♪

シルボンヌの活動を支えている、林さんと児玉さんもダンスに挑戦しました。フォークダンスや盆踊り以外は初めてというお二人でしたが、「運動不足解消に、こうした機会はうれしい」「おしゃべりして交流もできた」「楽しかったのでまた参加したい」と笑顔。「初めての人も参加しやすく、会員のつながりができるこのような機会が増えていけば」とシルボンヌ活動への思いを熱心に語ってくださいました。ダンスではお気に入りの振り付けもあったそうで、盛り上がるお話に手振りも自然と大きくなっていったのが印象的でした。

8月1日、あいパルにて「シルボンヌ企画」のダンス教室が開かれました。小柳ルミ子さんの曲「お久しぶりね」に合わせ、やさしい振り付けで楽しく踊る企画でした。講師は健康運動指導士・佐藤真由美先生。軽いウォームアップから始まり、少しずつ振り覚え、最後は1曲通して踊ります。水分補給やクールダウンも組み込まれ、安心して参加できるプログラムでした。フレーズごとの振付や情感表現まで丁寧に指導され「間違えても気にしない!」という励ましに、最初は戸惑い気味だった参加者も次第に夢中になり、踊り終える頃にははじける笑顔になっていきました。



林さんと児玉さん

フランス語を学ぶサークル ～ボンジュール・フランス～

新サークル 紹介

このサークルは令和7年7月に設立され、現在6名在籍しています。例会は第2、第4火曜日の14時～16時、シルバー人材センターで行っています。

フランス語はフランス本土の他に、ヨーロッパやアフリカ等多くの国々で話されています。8月12日に見学させていただきました。活動内容は、モハメドさ

んが作成したプリントを基に、発音や基本的な文法を学んでいました。ほとんど英語とフランス語での講義ですので、英語も一緒に上達できるかも。

ショーラク モハメド会長にお話を伺いました。



ショーラク
モハメド会長

「令和3年から戸田市に住んでいます。現在、シルバー人材センターではサークル“英語に親しむ会”の講師をさせていただいております。フランスの大学を卒業して、モロッコの外交官として35年間勤務し、その後6年間、広島大学で外交史の講義を担当していました。フランス語を教えながら、地域の方々とコミュニケーションを図り、よりよい人間関係を築いていきたいですね。フランス語に興味のある方、ぜひ一度見に来てください」とおっしゃっていました。



シルバー・パソコン同好会

当シルバー人材センターで最初に設立されたサークル“シルバー・パソコン同好会”の清水会長にお話を伺いました

「サークルの設立は平成24年7月で、現在の会員数は28名。月2回、主に第1、第3火曜日に当センターの会議室で活動しています。使用するパソコンは

自己所有物で、お持ちでない方にはサークル内での貸出しもしています。現在、初級コースではWordを中心に学んでおり、ドリルブックを基に案内文などを作成しています。また、中級コースではChatGPTの研究など、自由にテーマを決めて学んでいます」



清水会長

メンバーの方にもお話を伺ってみました。「このサークルの良いところは、高齢になっても皆さんと一緒に学べ、そして忘れてしまった事を何度も聞くことができ、忘れたままにならないことです」とのこと。

会の様子は自由に伸び伸びとした雰囲気、会員同士が隔たり無く和気あいあいと活動して、分からないところは皆で教え合い楽しく学べるシルバー・パソコン同好会、正に「自由闊達^{じゆうかつたつ}」なサークルです！当センターにお越しの際は一度のぞいてみませんか？



ゴルフサークル『渡しの会』

平成24年に設立され、13年目を迎えたゴルフサークル『渡しの会』会長の池上さんにお話を伺いました。

「現在、24名の会員が、年4回（3月・5月・9月・11月）の定例コンペを中心に楽しく活動しています。また、年2回（4月・10月）川口市シルバー人材センターのゴルフサークルの皆さんと合同コンペで交流を深めています。季節ごとのコースの景色も楽しみの一つですね。定例コンペの会場選びは、近場・未経験のコース、極端に難しすぎない、アウト・インを同時にスタートできるなど、コース探しは一苦労ですが、楽しみでもあり腕の見せどころ



池上会長

ですかね」と笑っていらっしゃいました。

「プレー中は、ゴルフ談義から近況報告まで話が尽きません。プレー後は表彰式を行ない“ニアピン賞”や“何でもニアピン賞”など『渡しの会』独自のルールもあり、たくさんの賞と商品が用意されていて、表彰式はとても盛り上がりますよ。新しい仲間を募集中ですので気軽に声をかけてください」



川口市シルバー人材センターとの合同コンペ

健康麻雀 雀健碰 (じゃんけんぽん)

タバコを吸いながら酒を飲み、^{てんやもの}店屋物を食べながら徹夜する、それが学生時代から若かった頃にかけてやっていた麻雀でした。そんなイメージを覆させられた今回の取材でした。なにしろサークル名に“健康”がついていますから。

「健康麻雀 ^{じゃんけんぽん} 雀健碰」は平成29年に設立され、当

初は月2回の活動でしたが、現在はメンバーも37人に増え、令和6年4月からは活動回数も月4回に増えています。

活動日にお邪魔し、会長の高久さんとお話させていただきました。いつ参加するのは各自の自由ですが、取材日も20人程のメンバーが集まっています。この日も新しい牌を買ってきたそうで、あまりたくさんの方が参加されると対応が難しいとおっしゃっていました。今も入部希望者が1名いらっしゃるそうです。

取材日に写真撮影もさせていただきましたが、皆さんゲームに集中されていました。手先も使うし頭も使う、アンチエイジングにはもってこいのサークルで、今年の2月には「広報戸田市」でも紹介され、ますます希望者が増えそうです。



高久会長



わが家の“はなちゃん”はトイプードル13歳で体重5.5kgのぼっちゃんさんです。出かけるのが大好きで犬と泊まれるホテルを活用しながら、北は北海道から南は九州まで車で一緒に旅行を楽しんでいます。朝夕のお散歩は家族の健康習慣にも一役かかっています。玄関でのお出迎えも欠かさない健気な子で、優しく甘え上手で家族を癒してくれる大切な存在です。

新曾 Y・I



はなちゃん

写真のおもちゃは、最近のお気に入り!

17年前に家族となった“小太郎”である。当時のわが家は、思春期の子供たち、忙しい生活を送る親たちと、それぞれが余裕を持たずに過ごしていたように思うが、小太郎は一瞬にして『ふっ』と微笑む時間を作ってくれた。そして一瞬にして家族の一員となった。

わが家では、家族が出かけるときには「必ず玄関で見送る」ことが家訓らしきものである。小太郎もときには不満そうな顔ではあるが、17年間付き合ってくれている。



小太郎

現在はもう、私たち夫婦と小太郎の老々介護であるが、この子には余生を穏やかに過ごしてくれるよう、願っている。

上戸田 T・I

わが家には、犬・亀・ヤモリ・淡水魚など様々なペットがいますが、その中の「淡水魚」と「ヤモリ」について紹介したいと思います。

淡水魚と言っても水生植物との共生に重点をおき飼育しているので、水槽の中はたくさんの種類の水草や古木がびっしりです。その中をのどかに泳ぎ回る魚たちをみていると、なんとも癒されます。

ヤモリは「ヒョウモントカゲモドキ」という種で、美しい紋様のひょうきんな子です。この子にも餌やりの時の可愛いしぐさなどにとても癒されています。それぞれ飼育はとても繊細で大変ですが、癒しのご褒美は何ものにも代え難いです!

上戸田 T・M



レオくん

私は動物が大好きで現在、犬3匹、猫1匹と暮らしています。

犬はペキニーズで「なな12歳」「小太郎10歳」「桜空(さくら)6歳」。

ななは美人で頭が良く“私、失敗しないので”トイレの粗相もありません。

小太郎は愛嬌があり、とても可愛いですが一番頑固です。寝る時はいつも一緒です。桜空(さくら)は体が大きく力持ち、甘えん坊で食べる事が大好きで体重は10キロに。先生から「痩せて下さい」と言われダイエット中です。保護猫ミーちゃんは過酷な外世界で頑張っていた強い子です。

私にとって、この子たちは何よりも大切な存在です!

上戸田 T・S



左: なな 中: 小太郎 右: 桜空(さくら)



保護猫 ミーちゃん

★事務局からのお知らせ

戸田朝市

9月14日(日)開催の戸田朝市に出店いたしました。包丁研ぎ：151丁、ワイワイ菜園サークルの健康野菜(モロヘイヤ52袋)、サークル「たんぽぽ」手作りのお手玉等の販売など大盛況でした。

次回12月14日(日)開催予定です。

会員の皆様方のご協力をお願いいたします。

地域班活性化推進委員会

◆ハラスメント防止に関する基本方針制定について

令和7年5月22日開催の理事会においてハラスメント防止に関する基本方針を制定いたしました。詳細は同封の別紙をご覧ください。

◆理事会報告

理事会において、下記の議案が提案され全て可決されました。

①令和7年度第4回理事会(7月23日開催)

・議案第12号 新会員の承認について

②令和7年度第5回理事会(8月22日開催)

・議案第13号 新会員の承認について

・議案第14号 ハラスメント防止に関する規程(案)の制定について

③令和7年度第6回理事会(9月18日開催)

・議案第15号 新会員の承認について

10月度は就業開拓普及啓発強化月間です

ご家族やご友人、お知り合いの方に声をかけて、シルバー人材センターに入会してくれる仲間や、お仕事の依頼をしていただけの方を増やしましょう。



11月度は接遇マナー向上月間です

接遇マナー(挨拶・身だしなみ・言葉遣い等)を身につけ、相手に思いやりの心で接し、より良いコミュニケーションを図りましょう。



1月度は健康管理月間です

フレイル予防を実践し、健康寿命の延伸を目指しましょう!



投稿大募集

作品(短歌・俳句・川柳・絵手紙・写真・手芸)、私の健康法、節約術、癒しタイム、ペット、旅の思い出など、投稿をお待ちしています。投稿ご希望の方は、事務局までお寄せください。

ご近所の方や友人、知人をお誘いください!

入会説明会
就業体験
日程

開催日		開始時間	開催場所	持ち物
11月17日(月)	12月10日(水)	午前10時	シルバー人材センター会議室	筆記用具 身分証明書
1月8日(木)				
11月14日(金)	12月9日(火)	午後2時		
1月7日(水)				

※Web入会が始まりました。詳しくは当センターのホームページ「Web入会」をご覧ください。

公益社団法人 戸田市シルバー人材センター

〒335-0021 戸田市大字新曽933-2

TEL 048-434-0411 FAX 048-434-0412

E-mail: toda@sjc.ne.jp

戸田市シルバー人材センター

検索



会員数

令和7年9月15日現在

男性: 526名

女性: 387名

計 913名