

シルバー だ・よ・り

秋号

vol. 181

2026.10



10月「就業開拓・普及啓発強化月間」

つながろう！人と仕事 知って広げよう！働き方

11月「健康管理強化月間」

毎日習慣 からだを整え 心も元気に！

事故
0
宣言

令和8年度安全標語 優秀作品／泉山 あゆ子会員

自転車も 一時停止を守って 安全走行！



地域班活性化推進委員会では、この春から戸田朝市出店の運営のあり方を大きく刷新しました。長年、一人のリーダーに重責が集中していた体制を見直し、各地域班の代表による「4人体制」へと移行したのです。

この改革の背景について、取材に応じていただいた岡崎さんは、「誰かが欠けても全員でフォローし合える体制こそが、私たちシルバー世代のリスク管理には不可欠です」と語られました。特定の個人に頼り切るのではなく、組織として永続的に活動を支えていく仕組みを目指しています。

新体制での初めての活動となった6月の戸田朝市では39名、9月の朝市では過去最多の46名の方々にボランティアとして参加していただきました。

名物の包丁研ぎや野菜販売などの収益は各地域班へ活動費として還元され、美化活動後のお茶代や親睦会の補助に役立てられています。「自分たちの頑張りが、地域班の楽しさに直接つながる」という実感は、ボランティア活動に参加される皆さんの大きなモチベーションとなっています。

最後に、岡崎さんから会員の皆さんへメッセージをいただきました。

「戸田朝市の活動に参加されない方でも、シルバー

のブースに顔を出していただくだけで、参加者の励みになります。また年に1、2回、数時間だけでも参加していただければ非常にありがたいです。自分で汗を流した後に地域班の仲間と飲むお茶は格別ですよ。包丁を包む作業やチラシを配るなど、得意なことで貢献できる場が必ずあります。」

組織の力で地域を支える新システム。その輪がさらに広がり、センター全体が活気づくことを期待しています。

リーダー4名



岡崎さん



細田さん



村崎さん



林野さん



戸田朝市の写真（集合写真）

「体が動く限りは働き続けたい」

マミープラス下戸田店で働く吉田さんの職場を訪ねました。冷房の効いた小部屋で、鮮やかな手さばきで巻物を作っているところでした。

吉田さんが担当しているのは寿司部門での調理作業です。握り寿司や鉄火巻き・太巻き・海鮮巻きなどの各種巻物、さらには鉄火丼やねばねば丼、焼きサバ丼といった丼物関係まで幅広く作っています。朝7時から11時までの4時間、月に約18日間の就業で、握りと丼物の担当をしています。

「もともとは割烹の職人を長年やっていましたが、寿司専門の仕事は未経験で、シルバー人材センターから連絡もらったとき、割烹の経験が



巻き寿司をつくる
吉田さん

あるからできるかなと思って挑戦してみることになりました。いざ取り組んでみると、割烹とは違って分からないことも多く、当初は注意を受けることもありましたが、今年2月からこの仕事を始めましたが、同僚の皆さんは本当にいい方ばかりで、お陰で作業のスピードや手順にも慣れ、楽しく働けています。若い頃から培った経験もあり、立ち仕事も苦になりません。外に出て人と関わることで新しい人間関係ができることも楽しみです。今75歳ですが、元気で体が動く限りは今のところで働き続けたいと思っています」と笑顔でお話されていました。



吉田さん



完成した巻き寿司

キビキビ作業！笑顔でランチ♪

7月末、戸田市商工会3階の大会議室に潜入しました。広い会議室いっぱいに並ぶ印刷物の山に、まずびっくり。ここでは月1回10名前後で、約2,500部もの配布物の封入作業を行っています。

複数の印刷物を1セットにまとめて封入し、配布地域ごとに仕分ける作業を手分けして進めています。今月は特に封入枚数が多く、時間内に終わらせようと皆さんの表情は真剣そのもの。「ミスがないよう、あわてずに」を合言葉に、キビキビと作業していました。今月のリーダーである柳田さんも、全体の進行を確認しながら会場を動き回り、チームを支えます。

そんな皆さんにお話を伺ったのは、ほっと一息ついたランチタイム。先ほどとは打って変わって、表情は柔らかく楽しそうです。令和2年4月の開始当初から参加するベテラン組は「月1回、みんなに会うのが楽しみ」と口々に。今日から参加の新人さんも、すでに

笑顔で打ち解けています。

「配布物を開けて見てくださる方がいると思うと、やりがいになります」

チームの思いも一緒に封入され、今月も商工会の会員の皆さんへ届けられます。



ランチタイム

和紙ちぎり絵



大貫さん

自分だけのオリジナル作品のでき上がりをイメージしながら、両手の指先を使って作るちぎり絵は、集中力や判断力、そして思考・創造力を高めることから脳の活性化に効果があるとされています。実際に認知症予防にも役立つと、介護施設や高齢者のリハビリなど医療現場でも取り入れられています。

大貫さんが和紙を用いたちぎり絵と出会ったのは1990年のことでした。

「姉の作品を見て、和紙ならではの温かみや優しさの表現がとても素敵だと感動しました。そこでまず公民館のカルチャースクールに参加し、せっかく習うなら本格的に教わりたいと思い専門学校に通い基礎から学び直しました」

持ち前の集中力を発揮し、表現力にも磨きがかかり、やがて生徒の立場から指導する側に。そして『全国和紙ちぎり絵芸術協会』認定の「教授」として各地のスクールに立つようになります。

代表作の一つに、『優美に舞う』と題した20号サイズの作品があります。山形県鶴岡市の加茂水族館で観たクラゲの何とも長閑な遊泳をモチーフとしたもので、協会優秀賞を受賞しました。クラゲの触手部分には和紙を揉みしごき丁寧に抜き出した繊維を使って立体感を表現しました。頭の半透明感や色彩はさまざまな色合いや厚みの異なる和紙を幾重にも合わせて生み出したものです。

同作品は2018年秋から3年余り首相官邸で展示され、多くの来訪者の目に触れることになりました。

「貼ってみてイメージと違っていると、糊なのですぐ剥がせて、また別の色を何度も重ねてみま

す。こうした試行錯誤もまた楽しみのひとつときかもしれません」

一つ作品しか作れないパズルとは違って、ちぎり絵では創作のイメージが無限大に広がっていきます。それだけに「納得して出来上がった時の喜び」もまた格別なものとなるようです。和紙を切るときのテクニックとしては、基本的にハサミは使いません。

「和紙を指先でちぎり、ほぐすことで、和紙から繊維で淡い毛羽が生じます。こうした和紙の持つ独特の風合いの生かし方も魅力のひとつです」

現在は指導者の立場を離れ、旅行先でカメラに収めた風景や台所で目にした野菜など、身近な素材を描いているとのこと。これからも大貫さんの指先から、また新しい和紙ちぎり絵の世界が生まれそうです。



首相官邸にて展示された「優美に舞う」

～風を切って、まだ見ぬ景色へ！～ 「シルバーサイクリングサークル」

今年5月に発足した新しい「シルバーサイクリングサークル」をご紹介します！

会長の細田さんはもともと山登りがご趣味でしたが、自転車での「街巡り」の魅力と出会い、風を感じて楽しむ場としてこの会を立ち上げました。

6月上旬には彩湖・道満グリーンパークのコースを1周する初の走行会を開催。走った後はさいたま市桜環境センターのお風呂でさっぱりした後、食事を囲んで歓談し、親睦を深めました。経験者の意見も参考にしながら、みんなの体力に合わせた無理のないルール作りを進めています。

細田さんは「時間に縛られず、行きたい場所へ行き、新しい景色に出会えるのが一番の魅力。走り切った充実感でペダルも軽くなりますよ」と笑顔で語ってくれました。

今後も月1回の活動を予定しています。ママチャリや電動アシスト自転車での参加也大歓迎！女性の方や

初心者の方も気軽にぞ参加ください。

ご興味のある方は、シルバー人材センター事務局までお気軽にぞ連絡ください。



写真右側 細田会長

手芸「さくら」

金塚会長にお話を伺いました。

当サークルは「手芸が好き、おしゃべりしながら手を動かしたい」という仲間が集まり月1回、女性5名で活動しています。現在は折り紙を中心にお互いに教え合いながら、指先や頭を使って集中し、作品を作っています。

こだわりは、季節にあわせた作品づくりです。お花や鶴、箱、リースなど作品の種類はとても豊富です。

この日作っていたのは、美しい「流星のくす玉」です。4分の1サイズに切った小さな折り紙でパーツを

30個作り、それらを組み立てて立体的な形に仕上げていきます。

「この角をきちんと合わせてしっかり折ると、きれいにでき上がるのよ」と、

和気あいあいとした声があがります。大変な工程も、仲間と励ましあいながら折り進めることで、完成まで頑張ることができます。「楽しかったね」「次は何を作ろうか」と会話も弾みます。

出来上がった作品は自宅に飾るほか、お友達へのプレゼントにもなり、喜んでいただくと作品づくりの励みにもなります。

見学や体験をご希望の方は、シルバー人材センターまでご連絡ください。あなたも一緒に楽しく手を動かしてみませんか？



写真中央 金塚会長



祝 会員数1,000人達成 おめでとうございます!

※9月16日第6回理事会の新会員承認において会員数1,000名達成いたしました。

★事務局からのお知らせ

◆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8年度第4回理事会（7月14日開催）

・議案第11号 新会員の承認について

②令和8年度第5回理事会（8月17日開催）

・議案第12号 新会員の承認について

③令和8年度第6回理事会（9月16日開催）

・議案第13号 新会員の承認について

・議案第14号 ポイント制度実施要綱の一部変更の承認について

第52回戸田ふるさと祭り・第44回戸田市商工祭（同日開催）

活動日時 10月24日(土) 11時～17時（上戸田地域班）

10月25日(日) 12時～16時（新曽地域班）

場 所 戸田市役所周辺 シルバー人材センターブース

内 容 輪投げ・将棋・シルバーPRチラシ配布など

Smile to Smile お困りごと相談会日程について

日 程 11月2日(月)、12月1日(火)、12月23日(水)、1月18日(月)

時 間 12時～13時

場 所 シルバー人材センター会議室

就業先相談会日程について

日 程 11月5日(木)

時 間 10時～清掃 11時～植木・除草・運搬

場 所 シルバー人材センター会議室

年末・年始の営業について

◇年末の業務は12月28日(月)午後5時15分までとなります。

◇年始は1月4日(月)午前8時30分より業務を開始いたします。

※就業報告書の提出は、1月2日(土)までにセンターのポストへ投函してください。

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20日 (金)	12月14日 (月)	午前 1 0 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 7 日 (木)				
11月19日 (木)	12月11日 (金)	午後 2 時		
1 月 6 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8年9月15日現在

男 性：565名

女 性：424名

計 989名