

# シルバー人材

# としま

2021  
**12**



**会員数：1,610名**  
男：1,012名／女：598名  
(2021年12月1日現在)

（ふくろう便）



## 2021年～我慢が続いた1年でした～





# 2021年 こんな1年でした！

2021年は、新型コロナウイルスが終息することなく、我慢の1年が過ぎました。

昨年と同様に人が多く集まるようなイベントは、ほとんど中止になりましたが、その中でも「シニアしごとEXPO」など新しいイベントに参加することもでき、来年に向けて新たな一歩を踏み出した1年となりました。

今年も皆様のご協力のおかげでこの1年を乗り切ることができました。心より感謝申し上げます。

<b>1月</b>	<b>緊急事態宣言</b>	
<b>2月</b>		これからシルバー応援フェスタ（会場：セッション杉並）
<b>3月</b>		植木班研修会 自転車駐車場管理運営業務研修会 1/8 公園・児童遊園清掃業務研修会 3/21 区民ひろば・集会室研修会 家事援助職群班始動 6班班会議 5班班会議（振り込め詐欺予防講座） 1班班会議（門と蔵のある広場散策） 児童通学案内業務研修会 2班班会議
<b>4月</b>		
<b>5月</b>	4/25	ゴミゼロデー（センター周辺・大塚駅周辺清掃）
<b>6月</b>	6/20	第11回 定時総会（会場：としま区民センター）
<b>7月</b>		熱中症予防講座 区長要請 <b>東京オリンピック・パラリンピック開幕</b>
<b>8月</b>	7/12 9/30	東京パラリンピックボランティア参加（都庁・東京スポーツセンター） <b>東京都の新型コロナウイルス感染者数過去最多記録（5,729名/1日）</b>
<b>9月</b>		体力測定会
<b>10月</b>		広報強化月間 シニアしごとEXPO参加（新宿・NSイベントホール） 女性向け入会説明会開催 第3ブロック安全就業研修会・自転車駐車場管理業務研修会
<b>11月</b>		高齢者クラブ作品展出品 としまシルバースターズ報告会 もっときれいな街づくり推進事業研修会 5班班会議（落語を聴く会） 4班班活動（柴又散策） 女性向けセミナー付き入会説明会開催（ウォーキングセミナー） 感染症予防講座 7班班会議（ポッチャ体験会）
<b>12月</b>		公園・児童遊園清掃業務研修会 民間継続・家事援助サービス就業更新説明会 児童通学案内業務研修会



あべ静江さん▶  
(これからシルバー応援フェスタ)



◀家事援助班会議



◀ゴミゼロデー（大塚駅周辺）▶



▶パラリンピックボランティア▶



◀巣鴨駅デジタルサイネージ



▶ウォーキングセミナー▶





## シルバースターズ報告会が開催されました！

もっときれいな街づくり推進事業（シルバースターズ）の仕事が始まってから11月で丸2年になりました。11月2日（火）のシルバースターズ報告会では、34名の就業会員が出席し、これまでの活動を高野区長に報告しました。

報告会では、普段の活動内容や区主催のイベントへ参加したこと、これまで回収したゴミの数など2年間の活動についてスライドを使い発表しました。その後、高野区長、高際副区長へ活動を通して嬉しかったこと、赤いユニフォームの評判、元気で健康でいられる秘訣など様々な内容で会話を楽しみました。

11月11日（木）には、研修会を行い、業務内容の再確認をしました。人に見られる仕事だからこそ、一人ひとりがプロ意識を持って、3年目も豊島区に訪れる方に元気を与えられるよう頑張りましょう。



## 地域班活動報告

### 4班

11月19日（金）に柴又散策をしました。21名の方に参加していただき賑やかな散策になりました。



### 5班

11月7日（日）、地域班会議と学習院大学落語研究会による「落語を聴く会」を開催し、29名の班員が参加しました。



### 7班

11月26日（金）にポッチャ体験会と会議を行い、16名の方が参加しました。皆さんとても楽しそうで、参加者からは大変好評でした。



## 女性向け入会説明会を実施しました！

11月18日（木）、女性向け入会説明会を実施し、12名の方が参加しました。

今回は、入会説明会の前に、健康ウォーキング指導士の篠田洋江先生をお招きし、ウォーキング講座を実施しました。

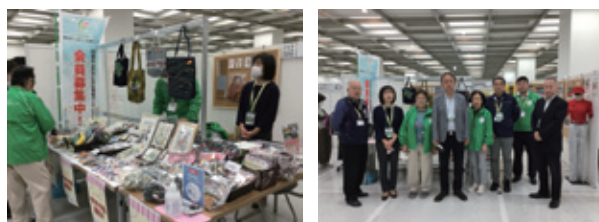
篠田先生は、企業・団体での講座をはじめ、歩き方の指導も開催され、テレビ出演もされるなど多岐に渡り活躍されている方です。

最初は緊張した空気でしたが、体を動かし始めるとリラックスした様子も見られ、笑顔溢れる入会説明会になりました。参加された方からは「楽しかった」「いい講座だった」など様々な声がありました。



## シニアしごとEXPOに初参加！

10月7日（木）、新宿NSビル地下1階NSイベントホールにてシニアしごとEXPOが開催され、当センターが急遽出店させて頂きました。準備期間が短い中で、手芸サークルを中心に会員10名で約200点の手作り作品販売を行い、センターPRや他団体との交流を図りました。来場者からは、丁寧な手作り作品が非常に好評でした。



## 傷害・賠償事故報告

**傷害事故が  
増えています!**

今年度は既に7件の傷害事故が発生しており、既に例年を上回っています。(昨年度は年間6件)特に転倒によるケガが多く、7件中5件となっています。

これからの時期は、路面凍結による転倒のリスクが高くなるため、就業中も就業途上もいつも以上に注意しましょう。

職 種	発生日時	年 齢	発生状況	傷害名称	主な原因と防止策
公 園 清 掃	8月21日(土) 7時00分	81歳	自転車で就業現場に向かう途中、交差点の一時停止の所で止まり、車の有無を確認した際にバランスを崩して転倒した。	左脚 大腿骨 骨折	バランスを崩したため。
職 種	発生日時	年 齢	発生状況	被害品	主な原因と防止策
駐輪場	10月27日(水) 14時00分	75歳	自転車をラックから出庫する際に補助を行った。電動アシストのコードが引っ掛かって伸びてしまっており、電源が入らなくなった。	電動アシスト 自転車	事前に利用者に引っかけた状態を確認してもらう必要があった。 利用者の自転車に触れる際に事前に確認承諾を取る。

## 安全大会を開催します

昨年度はコロナ禍による緊急事態宣言発出により、開催する事ができませんでした。今年度は昨年を上回る件数の事故が発生しています。

中でも転倒事故と自転車による事故が大半を占めています。事故を減らしていくためにも、会員の皆様の積極的な参加をお待ちしています。

**日 時** 令和4年2月21日(月)午後2～4時(受付開始:午後1時30分)

**場 所** としま区民センター8階ホール(東池袋1-20-10)

**内 容** 自転車事故防止について(予定)

**講 師** 一般財団法人日本自転車普及協会  
サイクルアドバイザー 山口 文和 様

**参加費** 無料(参加者へは安全グッズを提供いたします)

**定 員** 80名(先着順)

**申 込** 事務局までご連絡ください。

**締 切** 2月10日(木)まで

※詳細は同封チラシをご覧ください。皆さまの参加をお待ちしております。



前回開催の様子▲

## 感染症予防講座報告

11月24日(水)帝京平成大学内集会室にて感染症予防講座を開催し、40名のご参加を頂きました。東京都健康長寿医療センター自立促進と精神保健研究チーム研究部長の金憲経(キム・ホンギョン)様に、新型コロナウイルス感染症をはじめとした感染症とそれらに罹らないための注意点や過ごした方について講話いただきました。

これからの時期はインフルエンザの流行が始まります。引き続き感染症予防をしっかり取ってこの冬も元気に乗り切りましょう!



## 第3ブロック安全就業研修会報告

10月26日(火)練馬区のココネリホールにて第3ブロック(新宿・中野・杉並・豊島・板橋・練馬)のシルバー人材センター合同の安全就業研修会があり、安全管理委員6名が参加しました。講師に東京しごと財団シルバー保険事業室の坂東係長をお招きし、危険予知について講話いただきました。



## わがまち探訪—おすすめスポット— Vol.7



## 巢鴨猿田彦大神庚申堂（巢鴨4-35-1）

旧中山道(現・巢鴨地藏通り商店街)と旧王子道(折戸通り)が交差する角に、山門に守られた「神猿」が微笑んで迎えてくれるお堂があります。今から500余年前の1502年に建立され、当時から中山道板橋宿に至る休憩所として、二軒の茶屋もあり、江戸の名所として賑わっていたそうです。境内の石碑に「江戸名所図会」が刻まれ、多くの旅人たちの行き交う様子がうかがえます。こじんまりした境内、御水屋と本堂、ほっとする空間で、今でもお参りする方が絶えません。

都内に残る唯一の都電荒川線、今は東京さくらトラムの庚申塚停留所から、徒歩1分の至近にあります。1月の初庚申、3月の例祭、5月の大祭、7月、9月の例祭、11月の納庚申の年6回の庚申の日の祭礼日には、多くの参拝者があります。この例祭時には、タイミングが良ければ「御朱印」を授与されます。例祭の具体的な日程はネットなどで事前に確認することをお勧めします。庚申塚停留所のホーム直結で、おはぎがおいしい甘味処があり、往時が偲べれます。店内から、電車を眺めて、甘味をいただくとても落ち着きます。

また、近くの「とげぬき地蔵(高岩寺)」の縁日(毎月4の日の3回)に多くの露店が出店される巢鴨地藏通り商店街を、巢鴨駅に向かって、ぶらりと散歩するのも楽しいものです。「おばあちゃん原宿」と親しまれていますが、最近は、若者や家族連れも多く見かけられます。コロナ対策をしっかりしながら、旧中山道をぶらりと、江戸時代にタイムスリップした自分を想像しながら、庚申塚の猿田彦大神庚申堂の「神猿」に会いに行くのも良いものですよ。(広報委員・唐弓 昇平)



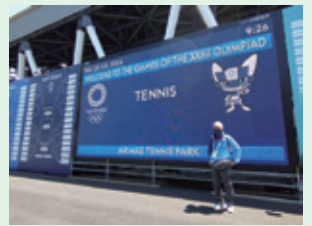
都営三田線 西巢鴨駅徒歩6分  
東京さくらトラム 庚申塚駅徒歩1分



## 会員投稿

7月から9月まで開催された東京2020オリンピック・パラリンピックでのボランティア活動に参加して参りました。

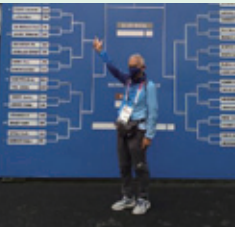
私が参加したのは組織委員会が組織するフィールドキャスト、オリンピック7日間、パラリンピック7日間の計14日間。会場はテニス、車いすテニスが行われた有明テニスの森です。ご存じのようにコロナ禍での開催に加え、気温35度に迫る酷暑と終盤の長雨となかなか厳しい環境でしたが、主催者、選手団、ボランティアの皆様



様の行き届いた準備、熱心な対応で無事活動を終えることができました。

私の仕事は「アクセスコントロール」、選手が集中してプレーに専念できるように、ロッカー、試合会場への通路などに関係者以外が入らないようにする仕事でした。ということで普段はTVでしか見ることのできない世界のトッププレイヤーを近くから見ることができ、ちょっと得した気分です。

大会期間中、公園清掃の仕事を仲間の皆様に代わっていただくことが多くご迷惑おかけしました。紙面をお借りしてお礼、お詫び申し上げます。(今井 明良)



## 就業現場紹介

## — 西武百貨店「リトルシェフ」—

今回は、西武百貨店の地下のお総菜売り場にある「リトルシェフ」という店舗で商品整理のお仕事をしている5名を代表して、会員の塩島敏男さん取材しました。

こちらでは、開店前にできあがったお惣菜や搬入されてきたお弁当の陳列作業をしています。開店までにひととおりの作業を完了させなくてはならないこともあってか、皆さんテキパキとスムーズに作業をされていました。店内にきれいに並べられたお惣菜やお弁当はとてもおいしそうで、つい購入したくなってしまいました。会報をご覧の皆さまも、西武百貨店に行かれる際はぜひ立ち寄ってご覧になってみてください！

塩島さんは現在メンバーの中で一番長くお仕事をされています。自分たちが並べたものが売れていくのを見ていると嬉しいし、やりがいにつながっていると話してくださいました。効率良くお仕事をするために、商品ごとの早見表や手順書を作成したり、いろいろと工夫をされていました。

月に1回メンバー全員で集まる機会もあるそうで、会員同士の仲も良く雰囲気の良い職場だなと感じました。

これからも皆さんの活躍に期待しています！



**就業場所** 西武百貨店「リトルシェフ」

**仕事内容** 店舗商品整理作業

**就業日** 毎日(シフト制)

**就業時間** 8:00 ~ 10:30

**就業人数** 5人



## 会報配付期間のお知らせ

次回の会報配付期間

1月4日(火)～1月9日(日)

★地域班活動の一環として各地域の協力会員が直接訪問し、配付しています。ご協力よろしくお願いいたします。

## 配分金の支払日について

11月就業分 …… 12月15日(水)

12月就業分 …… 1月18日(火)

※配分金明細書は、配分金支払い日より後に到着する場合があります。ご了承ください。

※12月の配分金は年末年始の関係で通常より遅くなります。ご了承ください。

## 年末年始の報告書の提出について

12月29日(水)～1月3日(月)まで事務局は休業となります。12月分の就業報告書の提出は、下記のとおりお願いいたします。

※年末年始は、区民ひろば長崎のポストは、利用できません。

F A X

随時受付

事務所

事務局入口ポストへ



## インボイス制度について

会員の皆様にお支払いしている配分金には消費税が含まれています。令和5年(2023年)10月1日から導入されるインボイス制度では消費税の取り扱いが変更になり、センターにとって大きな影響を及ぼすことになります。

詳しくは同封する資料をご覧ください。

## 編集後記

### 甘い誘惑?糖尿病予防に向けて

毎年の国保特定健康診査で糖尿病と診断される方が多いようです。40歳以上で糖尿病と疑わしい人は3人に1人とされています。私も3年前に糖尿病と診断され自分なりに特に気を付けたいことを以下の5つにまとめました。

- ① 水、お茶、無糖コーヒーなど水分をしっかり摂る。代謝の質を上げ食欲を抑える。「1日2リットル」
- ② 野菜の食物繊維をたっぷり摂る。大豆類、海藻、きのこ、こんにゃくなども。「毎食両手一杯120g」
- ③ 「ベジタブルファースト」食事は野菜を最初に摂る。「1口30回噛む」「野菜→たんぱく質(卵、魚、肉)→糖質(ご飯)」
- ④ 菓子類、コーヒー(無糖以外)、ジュース、清涼飲料水、加工食品、外食は控える。「おいしい食べ物より安全な食べ物」
- ⑤ 規則正しい生活習慣を整える。自律神経の働きを正常にする。「早寝早起き朝ご飯」

信頼できる医師、栄養士の指導を受けて、できるところから、自分に合った食生活を楽しく取り組んでみてください。「糖尿病食=健康食」です。(松本 憲藏)



★会報に掲載している写真は、撮影時のみマスクを外していただいています。

## 会費納入のお知らせ

令和3年度の会費(2,000円)を未納の方は、事務局の窓口で納入してください。また、現金書留での郵送や金融機関からの振り込みをご希望の方は、事務局までお問い合わせください。

## 理事会報告

令和3年度 第7回定例理事会(10月22日)

〈案件〉

1. 新入会員の承認(退会)について

〈報告〉

1. 職務執行報告
2. 令和3年9月分受託事業実績報告
3. 令和3年度上半期独自事業実績報告
4. 令和3年度第二四半期事業計画進捗報告
5. 令和4年度豊島区予算方針について
6. 高齢者クラブ作品展への参加について
7. シニアしごとEXPO参加報告
8. 委員会開催報告
9. 危機管理会議開催報告
10. 就業トラブル報告

令和3年度 第8回定例理事会(11月24日)

〈案件〉

1. 新入会員の承認について

2. 職員給与改定について

〈報告〉

1. 令和3年10月分受託事業実績報告
2. 令和3年度上半期会計報告
3. 広報強化月間実施報告
4. 第3ブロック代表理事等会議報告(資料配付)
5. しごと財団安全巡回指導実施報告
6. 全シ協会担当会議報告(インボイス制度関係)
7. 委員会開催報告
8. 危機管理会議開催報告
9. 就業トラブル報告

令和3年もありがとうございました。

来年もどうぞよろしく

お願いいたします。

役員・事務局一同



綴じてください

