

Silver Toshima

いきがい! やりがい!! はたらきがい!!!



ふくろ祭り 東京よさこい

2024年 会報10月号 VOL.497

会員数 1,615名 (2024.10.1現在) 男:972名 女:643名

編集発行

 **公益社団法人**
豊島区シルバー人材センター

〒170-0013 豊島区東池袋2-55-6
TEL:03-3982-9533 FAX:03-3982-9532
Mail:toshimaku@sjc.ne.jp



豊島区シルバー  検索



区長要請を行いました！

7月30日（火）に当センター役員11名で高際豊島区長を訪問し、米倉会長が「全国シルバー人材センター協会要望書」と「豊島区シルバー人材センター要望書」を手渡しました。

また、これまでの支援について感謝を述べ、「就業機会の維持・拡大」、「センター事業への財政的支援」、「施設環境整備」、「フリーランス制度対応」等について要望しました。

高際区長からは、センター就業拡大に向けた関係機関への働きかけや区プロジェクトとの連携を図り、高齢者が生きがいをもって生活できるよう共に取り組んでいきたいとのことをお言葉をいただきました。



体力測定会のお知らせ

- 開催日** 令和6年11月13日（水）
- 開催時間**
 - 〈第一部〉 午前10時30分～午前11時30分
 - 〈第二部〉 午後1時～午後2時
 - 〈第三部〉 午後2時30分～午後3時30分
- 会場** 帝京平成大学池袋キャンパス内集会室
- 内容** 「体力測定（自立体力全国検定）」、「血管年齢測定（オリックス生命）」
- 定員** 各部20名（先着順）測定結果により、後日「自立体力全国検定」の結果が自宅に届きます。
- 申込** 事務局（03-3982-9533）担当：清水・保永



安全就業標語・サブスローガンの募集

- 応募方法**
 - ① メール(toshimaku@sjc.ne.jp)
 - ② FAX(03-3982-9532)
 - ③ 事務局窓口の応募箱

応募者には「FD顆粒料亭の味減塩アソート10食」をプレゼント！



応募締切 12月4日（水）

応募形式 五・七・五形式で同封の応募用紙に記入してください。

名称	テーマ	応募可能数
1. 東京しごと財団安全標語	事故防止のための体力づくり	一人2点
2. 当センター安全標語	交通ルールを守ろう	一人2点
3. サブスローガン	センターに関する事	一人2点





安全大会のお知らせ

- 開催日** 令和6年12月16日(月) 午後2時～
- 会場** としま区民センター8階 多目的ホール
- 内容** 骨密度に係る高齢者の健康について
- 講師** 東京都健康長寿医療センター 金子 雅子 医師
- 定員** 150名
- 申込** 事務局 (03-3982-9533) 担当：清水・保永



★60才以上区民対象★三モザ講演会のお知らせ

- 開催日** 令和7年1月16日(木)
午後1時開演(受付開始：午前12時～)
講演は午後1時30分から開始を予定しております。
- 会場** としま産業振興プラザ(Ike-Biz)6階多目的ホール
(豊島区西池袋2-37-4)
- 講師** 毒蝮 三太夫(俳優・タレント)
- テーマ** まむし流ところとからだの健康法
- 定員** 100名(先着順・事前予約制)
同日同会場で、入会説明会も開催いたしますので、お友達をお誘いの上ご参加ください。
- 申込** 会報12月号及び広報としま、センターHPで後日ご案内します。
- 担当** 事務局 (03-3982-9533) 古山・羽田

無料

「+1」(プラスワン)運動

シルバーで共に働く仲間を増やそう!

会員増強は全シルバー人材センターの共通の課題で、全国シルバー人材センター事業協会では、「会員による1人1会員入会活動強化」に取り組んでいます。港区シルバー人材センターでは、「1+1(ワンプラスワン)運動」を進め、令和5年度には49名が入会するなど成果をあげています。

当センターでも、「**一人の会員が一人を紹介する**」「+1」(プラスワン運動)を、センター一体となって取り組んでいきたいと思っております。

今回の会報に「会員紹介カード」を同封しています。

ご近所はもとより、参加される会合などで、豊島区在住かつ60才以上の方にお渡いただき、主な仕事や会員活動などについて説明のうえ、入会説明会に「会員紹介カード」を持参し、参加いただくようご案内してください。

「会員紹介カード」を配布する前に紹介会員欄にご自身の名前等をご記入ください。また、手渡した方が入会説明会に参加する際、カードを持参するようお伝えください。(担当：戸川)

会員紹介カード (2枚綴り)	
<input type="checkbox"/> 新規入会を希望される方 ジョブ 氏名 所属の会社 氏名	
<input type="checkbox"/> 新規入会を希望されない方 ジョブ 氏名 所属の会社 氏名	
(会社) 豊島区シルバー人材センター TEL 03-3982-9533	





会員紹介

1972年ミュンヘンオリンピックで金メダルを獲得しました!

西本 哲雄 さん (73)



小学生の頃から身長が高く、中学3年生の時には183cmありました。色々な部活動から声がかかる中、背が高いこともあり高校のバレーボール部の推薦を受け、全国で1・2位の実績ある崇徳高校に入学しました。高校3年生では、身長も190cmになり、国体と高校総体では2冠を達成することが出来ました（当時はまだ春高バレーはありませんでした）。

卒業後は、日本専売公社広島（現JTサンダース広島）に入りました。専売広島のバレーボール部では、先輩の名セッター猫田勝敏さんからの指導のおかげもあって、19歳で全日本の練習生となり、21歳で全日本のメンバーに最年少で選ばれミュンヘンオリンピックに出場することができました。

前回大会のメキシコオリンピックでは、全日本が銀メダルに終わったこともあり、ミュンヘンでは金メダルを取ることが全日本の使命となり、テレビでは「ミュンヘンへの道」がアニメ化され話題となりました。練習は、今では考えられないような根性論ベースのメニューばかりで、本当にこの練習がバレーボールに活かせるのか疑問に思うこともありました。しかし、金メダルを獲得した瞬間にすべての練習に意味があったのだと感じました。



次のモントリオールオリンピックでは、準決勝で宿敵ポーランドのバックスパイクに苦しめられ4位に終わりメダル獲得はできませんでしたが、翌年の世界選手権では銀メダルを獲得することができました。現役引退後は日本たばこ（現JTサンダース広島）の監督を5年間勤め、その後東京の本社勤務になった時に全日本ジュニア女子チームの監督に就任しました。

今では専売広島で日本一になれなかったのが唯一の心残りです。その後、会社を55歳で早期退職し、バレーボールの講演会や指導などをしながら、愛犬と散歩する毎日を楽しんでいましたが、愛犬が亡くなり、ペットロスで家からあまり出なくなったことで、脚が弱ってしまいました。そんな時に知人からシルバー人材センターを紹介していただき、健康のためにと5年前にシルバーに入会しました。

現在は自転車駐車場で働いています。人との関りが苦手でしたが、今では就業先の仲間とのコミュニケーションがとても楽しく思います。家内との晩酌や、週1回のママさんバレーの指導、シルバーの仕事が楽しく、私にとってそのどれもが健康的な日々を送る秘訣だと感じています。今年はオリンピックイヤーで、バレーボールを自宅で観戦していました。残念ながらメダルに届きませんでしたが、今後も楽しく応援したいと思います。

ゴールド会員・家族割会員

ゴールド会員（就業を希望しない会員）及び家族割会員（ご家族が会員である方）として登録を希望される方は、会費が通常の2,000円から1,000円となります。

8月末現在で、ゴールド会員2名、家族割会員84名（42組）が申請をしています。

随時登録を受付しており、詳細をHPでもご案内しています。

ご希望の方は事務局（03-3982-9533）へご連絡ください。





わか事ら探訪 — としまどりの防災公園「イケ・サンパーク」 — Vol.24

イケ・サンパークは広場に芝生・サクラ・イチョウ・防火樹林帯などのある、区内最大面積の公園です。

公園の下には巨大な給水タンクがあり、災害時に備えた備蓄倉庫や消火用水確保のための深井戸、非常用トイレ等が整備されています。また、防災公園として巨大地震や広域火災時の一時避難場所にもなります。

園内にはテラスのあるEAT GOOD PLACEという喫茶店もあり、おしゃべり交流会や芝生の手入れなどの地域の方の活動場所にもなっています。



毎週土・日曜午前10時～午後4時にファーマーズマーケットが開催され、旬の野菜や果物を農家さんから直接買える楽しみもあります。マーケットの開催予定はQRコードで確認できます。

イケ・サンパークは子どもから高齢者まで全ての年齢層の方が楽しめます。楽しく活用し、災害時にはスムーズに避難行動ができるよう一度は行ってみたいはいかがでしょうか。

(広報委員:堀川 英典)



就業現場紹介 — 教科書展示 —

「教科書展示」をご存知ですか？教科書展示会とは、来年度からどのような教科書で学ぶのか、各メーカーによる教科書の工夫や違いを見ることができる展示会です。今回は、豊島区より委託された「教科書展示会に伴う会場管理業務」に従事した瀧本和子会員取材しました。

瀧本会員は6月から約1か月間、「教育センター」、「西巣鴨区民集会室」、「千早図書館」にて、受付・会場の見回り・入場者の記録などの業務を担当しました。お話を聞くと、教科書に写真が多く使われていることや、教科書にQRコードがあり、そこから動画を再生できるなど、近年の教科書の進化に驚いたそうです。



今回の展示会のような受付業務の他にも、様々な業務を受託しています。今回同封の「就業紹介パンフレット」を参考に、従事したいお仕事がありましたら事務局（03-3982-9533）までご連絡ください。

仕事内容 教科書展示会に伴う会場管理業務

就業日 31日間

就業人数 13名





会報配付期間のお知らせ

次回の会報配付期間

〈12月号〉12月16日(月)～12月22日(日)

〈新年号〉1月6日(月)～1月12日(日)

★地域班活動の一環として、各地域班の協力会員が、会員宅へ直接訪問し会報をお届けしますので、表札等のご協力をよろしくお願い申し上げます。また、**協力会員として活動できる会員を募集しています**。ご協力いただける方はセンターまでご連絡ください。

ミモザ委員会からのお知らせ

A4サイズのみもざバッグ(不織布)が完成しました。事務局窓口にて差し上げますので、来所時にお申出ください。

なお、今後イベント等で会員募集チラシなどを入れて区民の方に配布予定です。



配分金の支払日について

9月就業分 …… **10月15日(火)**

10月就業分 …… **11月15日(金)**

※配分金明細書の到着が、配分金支払日より遅れる場合があります。ご了承ください。また配分金明細はSmile to Smileでも確認できます。

次回のスマスマ登録会

就業情報や配分金明細をスマホやPCで簡単に確認することができるSmile to Smile(スマイルトゥスマイル)の登録会(30分程度)を実施しております。

ご希望の方は、以下の日程にてお電話でお申し込みください。

今後の予定

10月22日(火)

午後1時00分～

11月12日(火)

午後1時00分～

**30分毎
交替制**

11月26日(火)

午後1時00分～

ソフトバンク池袋東口駅前店(南池袋1-26-6)でも登録方法を教えてくれるようになりました!
03-6384-7151 (事前予約制)

綴じてください

編集後記

「三日坊主」

新しく始めた事を継続できずに、途中でやめてしまった事ってないですか。私もなかなか継続できないその一人です。物事を長く続けるためにはどうすればいいんだろう。そう思っていた時にある言葉が耳に入ってきました。

長く続ける極意は「のらり・くらり」やること。一旦やめることで、かえって長く続くこともある。三日坊主も繰り返すと効果アリ。

“やめた後にいかに再開するか”これが大切なのだと感じましたが、これも結構難しい…

自分に都合よく考えると、物事を長く続けるためには「過程を楽しむこと」が大切だと思います。続ける価値があるかどうか、楽しく続けられそうか、洗い直すのも良い考えだそうです。

三日坊主も10回やれば1ヶ月!私には、こういう考え方が性に合っているなど感じるこの頃です。

(広報委員 小西 和子)

