

シルバー会員の
シルバー会員による
シルバー会員のための会報誌



令和8年1月10日発行
公益社団法人 小平市シルバー人材センター

第188号 -Contents-

新春インタビュー……………2面
年男・年女……………3面
安全就業だより／仕事別グループ紹介……………4面
学習教室参観日／会員のひろば／年輪川柳……………5面
報告・連絡・確認……………6面&7面
新しい仲間／追悼／募集告知／編集後記……………8面



Winter 2026 No.188



今年も連載！仕事別グループ紹介／有料自転車 【4面に掲載記事】



100歳就業を めざしましょう！

新春特別インタビュー

山崎芳夫会長、新年の抱負を語る

一新春特別企画として、会長にマイクを向けます。初詣に訪れる神明宮での撮影にもご協力いただき、ありがとうございます。昨年6月の就任から半年、船出の感触は…

正直不安でした。それというのも健康上の理由で理事職をしばらく休ませていただいていたのが、会長職ですから、これは大変だぞと。それでも事務局長、事務局長代理、そして副会長がしっかりサポートしてくれ、さらに理事の方々や事務局職員のみなさんの協力のおかげで大きな失敗もなく、まずは順調な船出かと。みなさんに感謝しています。

一昨年の本誌夏号に掲載しました、前会長とのリレーメッセージでは、会長は「100歳就業をめざしたい」と発言されています。その意図は何でしょうか？

人生百年時代、100歳就業もまた、決して絵空事ではないと捉えて発言しました。以前は80歳くらいが就業の限界と考えられていましたが、今では80代の多くの会員が元気に就業しており、最高齢者は90歳を超えています。健康状態と体力に合った仕事を用意され、無理をせず働ける環境が整えば、100歳就業も夢ではないのでは。問題は、そうした仕事をシルバーが用意できるかですね。そこは長期的に取り組んでいきたい未来志向の大きな課題です。

会社員時代、地方に単身赴任し実際に見聞したのですが、そこでは100歳近い人たちが漁業や農業の働き手で、介護を必要とする人が都会に比べ著しく少なかったと記憶しています。働き続けることが、

フレイル予防、認知症発症の低減に関係することがさまざまな機関で研究されているようですね。エビデンスとして公式発表には至っていませんが、感覚的にはそう言えるのではないのでしょうか。そうした観点からも「100歳就業」めざしたいですね。

一就任早々の昨年9月には、小林小平市長も行政サービスとして実現に注力していた「見守り業務」を、シルバーが受託しました。これについてお話しください。

小平の児童を小平の祖父母世代が見守る、その地域密着の業態を市長も歓迎しているようで、試験的に3つの小学校で「おはようスペース見守り業務」を市から委託されました。地域の高齢者が見守ることで、保護者や学校にも安心してもらえる、さらに就業会員にとっては、子どもたちと接する仕事に就くことで初々しい力をもらえることにも。このトライアルが順調に進み、現在のところ好評の様子です、他の小学校にも適用されると良いと思っています。

一会長は生粋の小平っ子で四小、一中の出身とか。小平も宅地開発が進み、いわゆる武蔵野の面影も年々薄れていくようですが、郷土への愛着や思い出などは…

私の子ども時代は、もう辺りは雑木林で遊び場には事欠きませんでしたね。カブト虫なんかも捕り放題。その点では、今の子どもたちはかわいそうだなとも。小平には、玉川上水や野火止水など美しい景観や豊かな自然を保っている場所がありますからそれは、大切にしていってほしいですね。



年男は60名



年女は29名



1,200名余りのシルバー会員を
地域別にさらに詳しく調べました！



今年の干支「午」には、午前午後という使われ方があるように「切り替え」や「交差」の意味もあるとか。人生の折り返し地点に立つシルバーには、なんだかしっくりきますね。それでは、今年60名の年男を代表し植松さんに、29名の年女を代表し山口さんに、それぞれメッセージをご披露させていただきます。



第2地域 小川西町 植松 高

シルバーに入会して約16年が過ぎようとしています。仕事の種類はさまざまですが、私にとってはすべて初めての経験でした。最初は、仕事のやり方を教わりながら駐輪場での自転車の整理、そして公園の除草、マンションや学校の清掃など、いろいろ経験しました。ときには失敗して周りの方にフォローしていただくこともありましたが、楽しく就業しています。

私たち高齢者にとって、シルバーでの仕事を通じて、人や地域とのつながりを持つことは大変ありがたいことで、生きがいにもなっています。元気で毎日を過ごすためには、バランスの取れた食事、睡眠、運動が大事であると思っており、私はそれを忘れずに生活しています。

第1地域 たかの台 山口波登江



新年おめでとうございます。家事援助グループに入って17年になりました。毎月の会議に出席し、しごと財団での講習や研修を受講し仲間と学び合いました。コーディネーターとなり、会員に就業をお願いしてもなかなか受けてもらえない苦労や、初めてお客様宅を訪れ正しく見積もれたかの不安も。それでも優しいお客様や会員に恵まれ、順調に仕事が進み幸せでした。

ほのぼの館に勤めたときは、東日本大震災の日が就業日でした。揺れる館内で来館者の無事をトイレの中まで確認に走り回りました。

仕事を通じ出会いの大切さや感謝の気持ちなど、多くを学び、私の人生に彩りを与えてくれました。これからも前向きに歩んで行こうと思っています。



行動災害「転倒」が、急増しています！

—安全就業だより— 組織活性・安全委員会 安全就業推進員

当センターの昨年度の転倒事故は9件、今年度は10月末現在で2件発生しています。他の都内のセンターでも転倒事故が増え「転倒予防と健康管理」が

安全就業標語のテーマになりなりました。転倒は骨折に結びつきやすく、そのまま寝たきりになる恐れもあります。転倒を予防し元気に就業しましょう！



●筋力低下●バランス能力の低下●視力障害（段差などを認識しづらくなり、危険察知能力が低下）●足首の関節が硬い●薬の副作用によるめまい、ふらつき●合わない履物●少しの段差、滑りやすい床、薄暗さ等



●履物：適切な靴を選ぶ●経路の変更、転びやすい場所を避け安全な道を選ぶ、初めての場所は十分注意をする●頭部の保護：衝撃吸収材の入った帽子をかぶる、自転車に乗るときはヘルメットを着用する●転倒を引き起こす可能性がある場所を把握し注意を払う



《滑り》●濡れた床面●マンホールやグレーチング●凍結路面等
《つまずき》●床面の凸凹、段差●配線やホース、マット●置いた物●棚や机、椅子の下部●車両の輪留め、ブロック等
《踏み外し》●足元が見えない●歩行面が予想の高さと違った●暗いため等

なにより、転ばぬ先の適度な運動！

大切なのは「転ばない身体をつくる」こと。身体のバランスを保ち、立つ・歩く際に必要な筋力を維持することが重要です。下肢はたくさんの骨と関節で構成され、多くの筋肉が働いています。転倒予防に効果的な下肢の運動を継続的に行ってください。

会員のみなさんの関心事である就業にフォーカスした人気企画、今年も連載します！

業務拡大！一緒に働きませんか？有料自転車

仕事別
グループ紹介

仕事別グループの中でも就業希望者の多い、有料自転車がこの春、小平駅周辺でも新たに業務を開始します。現行の5駅、鷹の台・一橋学園・新小平・東大和・小川駅に小平駅が加わり、現在50名ほどの

就業人数は80名近くになる見込み。管理する自転車の総台数は6駅すべて合わせて5,000台ほどになります。

有料自転車＝駐輪場の仕事は、利用者との対応が主で、利用に関わる事務的業務と、それ以外の付帯業務になります。就業は1日3交代のシフト制、原則管理者1名での対応になりますが、利用者の多い朝の時間帯には、補助管理者がヘルパーに入ります。3交代制の導入により、女性会員も就業しやすくなり、すでに1名の女性会員が就業しています。

多岐にわたる業務に対し、実地研修があるほか、対応マニュアルも用意されています。煩雑な作業が多く、イレギュラーな対応も求められますが、就業メンバーはみな働き続けたいと言っています。利用者との対応はまさに接客業。人との関わりの楽しさから全員、大きなやりがいを感じています。



●女性会員も就業、今日も笑顔で利用者に対応しています！

学習教室参観日

暮らしに華やかさを〜フラワーアレンジメント教室

西洋から伝わったフラワーアレンジメント。日本の伝統文化華道や生け花に比べ、気軽に花を飾れることで人気。教室を主宰するのは講師の古川妙子さん。扱う花は生花で、生徒数は9名、男性も1名います。

授業は古川さん用意の花々を素材に進められ、生徒さんたちは自由に吸水性スポンジに花を刺し生けていきます。古川さん



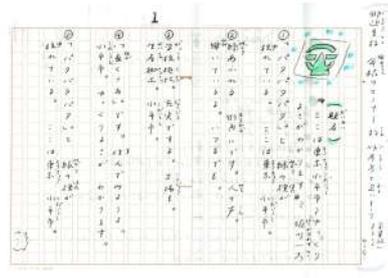
●フラワーアレンジメント教室は毎月第2・4金曜、第一学習室にて10時▶12時開講

からの個別アドバイスを受けながら、完成までは1時間あまり。最後に各生徒の作品を全員で観賞し、授業は終了。完成品は、それぞれが持ち帰ります。

古川さんは中学・高校時代に習った生け花をきっかけに、この世界に入り、講師の資格を得たとか。気軽に家庭を花で彩るフラワーアレンジメント、あなたも一緒に楽しみませんか。

MEMBERS SQUARE
自由投稿欄 会員のひろば

ジャンルを問わず、あなたの表現を自由に発表できる「場」です。今回は、学園西町にお住いの会員、堀川一彦さんから、こんなユニークな詩歌が！



●自筆の原稿が、さらに独創的ですね！

ここは東京小平市
ゆつくりよさが
わかります
「パタパタパタ。」と 緑の旗が
揺れている。ここは東京 小平市。
緑あふれる 街角にです。人の声。
響いているよ。いつまでも。
学校施設。充実ですよ。工場も。
生産拠点。小平市。
「長くさあ。」です。
住んでみようよ。小平市。
ゆつくりよさが わかります。
「パタパタパタ。」と 緑の旗が
揺れている。ここは東京 小平市。

大募集 あなたの投句 待ってます
【年輪川柳】

ど忘れは老いるショックの事始め

仲町 前途多難

ベル鳴らし携帯電話捜す日々

小川東町 ななしのごんべ

寄り添うはむかし愛妻いま愛犬

たかの台 同行二人

古希迎えギターコキコキ弾き語り

鈴木町 ギタリスト

ほんとかよ息子来年還暦か

天神町 人生百年

報告 連絡 確認

要チェック！イベント・実務関連のお知らせ

**通常開催復活2年目！
157名が参加**



一斉清掃ボランティア活動

全会員に参加を募る、通常開催復活2年目となる一斉清掃ボランティア活動を11月16日日曜に実施。残念ながら参加人数は157名と昨年度より少し減少しましたが、快い秋晴れの下、それぞれの地区ごとに、参加者が協力し合い主要道路の歩道のゴミを拾い集めました。今回もケガや事故等なく無事に終了することができました。参加された会員のみなさん、お疲れさまでした！次回も通常開催の予定です。一斉清掃はシルバー最大の行事、より多くの会員のみなさんの参加を期待しています。

40名以上の
会員がパレードに参加
ブースの売上は総額
35,000円以上

小平市民 まつりに 参加しました！



10月19日日曜、市民まつり当日は、曇り空でときおり雨もぱらつく天気でしたが、多くの人出で賑わっていました。

シルバーのブースでは、日用品と会員手作りの作品、ポップコーンを販売。ブース全体の売上は35,190円で、なかでもポップコーンは特に好評で、午前中で売り切れてしまいました。

パレードには40名以上の会員が参加。シルバーくんと一緒にあかしあ通りを行進し、センターをPR！シルバーくんは人気もので、沿道から大勢の子どもたちが手を振ってくれました。



組織活性・安全委員会から、うれしいお年玉！

自転車**無料**点検会

大好評の自転車無料点検会を今年も開催します。多くのシルバー会員にとって大切な移動手段のひとつである自転車を、リプレこだいらの就業会員が無料で点検・整備します。事前予約の必要はありません。どうぞこの機会をお見逃しなく、開催期間中にシルバーの事務所まで自転車でお越しください。

残念ながら今年度も就業途上の自転車事故が発生しています。自転車を安心・安全に乗るために、まずは十分な点検・整備。そしてもしもの事故に備え自転車用ヘルメットの着用もお願いします！

1月29日木曜・30日金曜・2月2日月曜の3日間
午前10時▶正午/午後1時▶3時まで
シルバー人材センター事務局南側入口にて



●15項目に及ぶ点検と簡易な整備を無料で実施！

就業等相談会

- 1月30日金曜 午後1時30分より
- センター事務所内の活動室にて開催

会員のみなさんの最大の関心事、就業に関する相談に就業促進委員会のメンバーが対応します。就業を希望される方の「自分に合った仕事があるか?」「就業の申し込みをしたいけど自分でできるか?」などの疑問や不安、さらに、実際に就業しているなかでの仕事上の悩みや不満など、さまざまな相談に「個別形式」で相談員が懇切に受け答え。就業に関することで知りたいことや話したいことのある方は、どうぞお気軽にご参加ください。個別の相談会ですので、基本的に事前予約制となります。本誌同封の案内チラシをご覧ください、申込書をご提出ください。



●就業促進委員会のメンバーが個別相談に応じます!

令和7年度 第6回理事会：9月25日開催

9月期入会会員12名が承認されました。

- 会員会費規程・理事会運営規則の一部改正について（文言修正）
- 改正育児・介護休業法の施行に合わせる各種規程の一部改正について
- ボランティア活動実施要項について 審議・報告しました。

令和7年度 第7回理事会：10月22日開催

10月期入会会員15名が承認されました。

- 令和8年度の事務費率の設定について 審議・報告しました。

令和7年度 第8回理事会：11月27日開催

11月期入会会員10名が承認されました。

- 職員給与規程、職員等級及び初任給に関する基準の一部改正について
- 職員の勤勉手当に関する基準の一部改正について
- 準職員就業規則の一部改正について 審議・報告しました。



事業実績

令和7年	受託件数	契約金額	就業人数	就業率	会員数		
					男性	女性	合計
8月	510件	44,262,232円	877人	69.8%	828人	428人	1,256人
9月	607件	45,755,842円	885人	70.3%	831人	428人	1,259人
10月	702件	49,037,684円	895人	70.9%	835人	428人	1,263人

配分金支払日

- 12月分：1月19日月曜
- 1月分：2月17日火曜
- 2月分：3月17日火曜
- 3月分：4月17日金曜

配分金収入等の確定申告について

シルバー人材センターの配分金は、賃金ではないので、所得税については自己申告（本人が手続きを行う）となっています。配分金の収入は、所得税法上の「雑所得」に区分され、家内労働の特例を適用し、55万円の必要経費を控除することができます。公的年金を受給している方は、配分金収入とは別に公的年金控除が受けられます。詳しくは税務署にご相談ください。確定申告をするには「配分金支払証明書」が必要となります。1月下旬に、会員のみなさんの自宅に郵送いたします。

ようこそ！シルバーへ

昨秋、9月10月11月に入会した

新しい仲間をご紹介します



ご冥福をお祈り申し上げます

追悼

南 弘一様 享年91歳 学園東町
新井善作様 享年86歳 小川町
木下艶子様 享年84歳 小川町
国崎武敏様 享年77歳 たかの台
石田 豊様 享年77歳 花小金井南町
湊 浩司様 享年65歳 小川西町

次号は4月4日
発行予定です！



SNSで「いいね！」をもらうより、ずっとうれしい あなたの原稿が掲載される！！

エッセーや詩、絵や写真など、なんでもOKの『会員のひろば』や五・七・五の『年輪川柳』では、絶賛投稿受付中。いつでも気軽にご投稿ください。事務局宛へ、郵送でも持参でも、FAX、Eメールでも構いません。あなたも年輪デビューしてみませんか。楽しいですよ、きっと。

編集後記：リニューアル3年目を迎える新年号をお届けします。恒例化をめざす巻頭の会長インタビューでは、今年も興味深い話を聞くことができました。表紙に謳う「シルバー会員のシルバー会員によるシルバー会員のための会報誌」を掛け声だけにせず、実感していただける誌面づくりに、編集グループは今年も、各員一層奮励努力です！

発行：公益社団法人 小平市シルバー人材センター
編集：広報・ボランティア委員会『年輪』編集グループ
住所：〒187-0031
小平市小川東町4-2-1 小平元気村おがわ東内
TEL：042-344-2120 **FAX：**042-345-9400
Email：kodaira@sjc.ne.jp
HP：http://www.sjc.ne.jp/kodaira/