シルバー大島会報

9月　会員数
男性　83名
女性　101名
合計　184名
会員数目標　220名

公益社団法人
大島町シルバー人材センター
〒100-0101
大島町元町地の岡30-2
(郷土資料館内)
☎　04992-2-1777
FAX　04992-2-1776

http://www.sjc.oshima.ne.jp

私たちのウエブサイトはこちら→

あなたのSmile to Smile はこちら→

安全管理委員会

脚立点検（全13脚）実施

◎現場毎にきちんと保管、管理されており使用上の問題はありませんでした。

安全就業巡回指導

令和８年９月３日（水）東京しごと財団による安全活動強化支援員の巡回指導がありました。

午前中の巡回指導では勤労福祉会館を視察し、午後は当センターが事前に提出した調査票を元に安全就業に関するヒヤリングが行われ、概ね高い評価を頂きました。

特に「シルバー大島会報」が親しみ易く、広報・啓発に役立っているとのお褒めを頂きました。健康に関する情報の取り扱いも素晴らしいとのことでした。支援員の方のシルバー会員への就業環境の安全確保や健康管理への気遣い、配慮も感じ取れました。

表彰されました

９月に東京しごとセンターにおいて「令和８年度シルバー人材センター安全大会」が行われ、安全・適正就業ならび安全就業の普及・啓発活動が優秀な地区センターとして、当センターでは２部門で表彰を受けました。

○安全就業優良シルバーセンター表彰



○安全就業標語優秀作品表彰

公募テーマ１「転倒予防と健康管理テーマ」で土井実会員の「無理しない 体と心の セルフケア」が優秀作品に選ばれました。



９月は７２％の会員が就業しました

令和８年度９月　事業実績

月	区分	受託件数	就業延日人員	契約金額（単位　千円） 配分金	材料費	事務費	計
９月	公共	33	996	5,431	279	826	6,537
	民間	45	200	1,102	91	151	1,344
	計	78	1,196	6,533	370	977	7,881
８年度累計	公共	194	6,352	33,231	1,577	5,116	39,925
	民間	192	1,078	6,706	568	920	8,194
	計	386	7,430	39,937	2,145	6,036	48,118

安全就業標語　募集

令和９年度
東京都シルバー人材センター連合による安全就業標語の募集があります。

テーマ　1　　「フレイル予防」　※
テーマ　2　　「経路途上の事故防止」
・締め切り　令和８年１１月２５日（水）
・応募方法　シルバー事務所へ郵送または持参

当センターに応募された中から1テーマ3作品、計6作品を選出し、東京都シルバー人材センター連合に推薦します。（前回の土井会員に続こう）

※「フレイル」とは身体や心の機能の低下によって、要介護に陥る危険性が高まっている状態のこと。フレイル状態になることを先送り（＝フレイル予防）することは「健康」な期間を延ばすことに繋がります。またフレイル状態になっても正しい知識と行動によって進行を遅らせたり、回復する

連合では、東京都の全センターから応募されたテーマ毎の標語の中から最優秀賞１点、優秀賞4点を選出し、令和9年度の標語を決定します。最優秀賞は、啓発ポスターに採用されます。
また、応募していただいた皆様の作品をセンターで選定します。
選ばれた方には【記念品を贈呈します。】
皆様の応募をお待ちしております。

いつでも出来る簡単自分メンテナンス

「ながら整体＆どこでも筋トレ」で楽しく簡単フィットネスをしましょう。今回は「朝起きたら」編です

【起床】
～　布団の中で起床前にすること　～
●手足伸ばし
手は上にバンザイ、足は下に思いっきり伸ばす。息を吐きながら10秒
●左右倒し
両膝を曲げ、息を吐きながら右、左とゆっくりと5秒くらい倒していく。

～　起き上がり方　～
●がばっと起きない
横向き、あるいはうつ伏せになってから起きる。　＜なぜ？＞三半規管が加齢とともに弱くなり、がばっと起きるとめまいを起こす場合があるので気を付けましょう。うつ伏せで起きるのは腰痛の人向き。がばっと起きるのは最悪の事態を招く序章ですよ…。

～　最初に口にするもの　～
●口をゆすいでからコップ一杯の水か白湯で水分補給
＜なぜ？＞就寝中に汗をかくため、水分補給は体の目覚めと血流回復に必要

～　歯磨き＆洗顔しながら　～
●つま先立ち、かかと立ち、片足立ち
＜なぜ？＞足の血流を促進します。つま先とかかとを交互にしても良く、磨いている間中に出来ればグッド！　腰の痛い人は、台の上に片足を乗せると腰の筋肉が緩んで痛みの緩和に
●歯磨きは、歯茎の表、裏も磨くことで肺の循環にも良い影響を与える
＜なぜ？＞口腔内の清掃によりウィルスの侵入を防ぎます

●洗顔時は耳の後ろも良く洗う
＜なぜ？＞特に男性の加齢臭は耳の後ろが臭いやすいです　丁寧に

事業委員会より

サークル活動による編物講習会の報告について

9月16日（水）シルバー人材センター会議室にて編物講習会を実施しました。

委員5名及び会員2名と一般の方１名に参加していただきました。かぎ針で手軽にできるアクリルたわしの講習会です。

毛糸はセンターで用意し、赤・緑・黄・白色で椿の花をモチーフに編み方の講習をいたしました。
なごやかに楽しくあっという間にすぎてしまいました。

サークル活動は月に1回、第3水曜日9時30分より開催しています。
次回は11月18日(水)を予定しています。

会員や会員以外の人も誘って来てみませんか。おしゃべりしながら手を動かし皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



事務局より

椿の実買取事業

シルバーでは椿の実の買取を行っています。
買取した金額は配分金としてお支払いいたします。

期間　１０月１日～１１月３０日
（平日のみ）
買取価格　８２０円／１kg

※椿の実は完全に乾かしてから事務局へお持ちください。

作品展

出展作品募集中！

出展していただける方は事務局までご連絡下さい。

出展締切は11月13日（金）です。遅れる場合は事務局に相談ください。

締切を過ぎてからの出展はプログラムにお名前を記載出来ない場合がありますのでご了承ください

開催日11月19日（木）・20日（金）
開催時間　9時～15時

展示会場では事業委員会サークル活動にて作成したアクリルたわしを先着８０名様にプレゼントいたしますので是非友人・知人を誘ってご来場ください。

ゲートボール大会

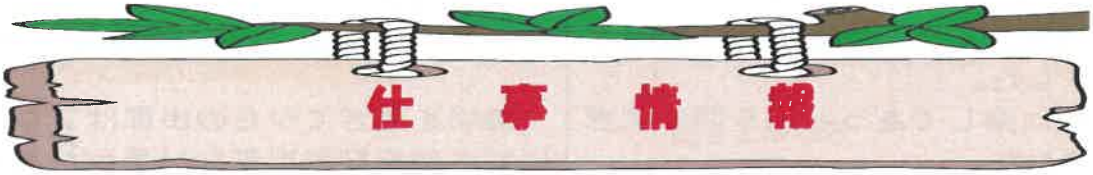
10月17日シルバー主催のゲートボール大会が開催されました。12チーム、80名が参加し、優勝は元町チーム（２連覇）、２位差木地チーム、３位クダッチチームとなりました。おめでとうございます。



入会者キャンペーン

新規入会者を紹介いただいた方には商品券１，０００円分を贈呈します。
７０代、８０代からでも入会できます。友人などを誘って一緒に働きましょう！

現在、会員数が減少しています。このまま会員数の減少が続くと今ある就業現場がなくなってしまうかもしれません。会員増加にご協力お願いします。



１．大島高校
就業内容　トイレ清掃
就業時間　4時間（プール無し）
4時間30分（プール有り）
就業日　水曜日（シフト制）
配分金　4,790円（プール無）
5,410円（プール有）
※夏期シーズン

２．大島医療センター
就業内容　屋内・外清掃
就業時間　①　7時30分～15時30分
②　9時～17時
就業日　平　日（シフト制）
配分金　7,000円

３．大島町役場庁舎（夜）
就業内容　屋内清掃
就業時間　17時～19時30分
就業日　月・水・金（シフト制）
配分金　3,150円　（清掃）
3,680円（トイレ）

４．水道検針
（北の山・元町地区）
就業内容　水道メーター検針
就業時間（奇数月）17日～27日
の間の任意の日時
配分金　115円（1件あたり）

５．小中学校用務員
（さくら小、一中・二中）
就業内容　清掃
就業時間　8時～15時
就業日　平日　（シフト制）
配分金　7,250円

６．クダッチ老人福祉館
就業内容　屋内・外清掃
就業時間　13時～17時
（4月～10月まで）
12時～16時
（11月～3月まで）
就業日　月～土曜日
配分金　4,400円

７．消防本部庁舎
就業内容　屋内・外清掃
就業時間　13時～16時
就業日　月・金（シフト制）
配分金　4,610円

８．大島公園
就業内容　屋内・外清掃
就業時間　8時30分～16時頃
（バスダイヤ改正により前後有）
就業日　毎日（シフト制）
配分金　6,600円

９．除草作業
就業内容　草刈機使用による除草
就業時間　8時30分～16時
就業日　平日（シフト制）
配分金　9,000円（１日）
4,500円（半日）