



人の身も 我が身と思う
安全作業

(平成30年度 センター安全標語 最優秀賞)

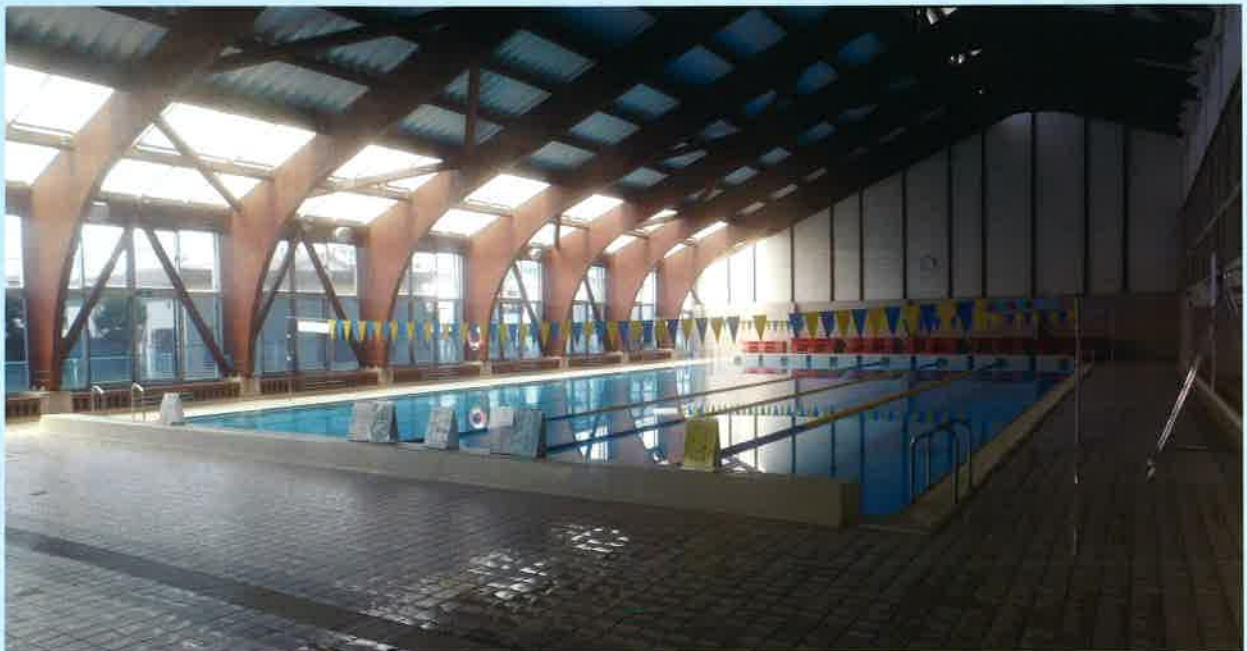
編集 公益社団法人 川西市シルバー人材センター
発行 〒666-0017
川西市火打1丁目10番9号
TEL 072-758-6234
FAX 072-758-3679
<http://www.kawanishi-silver.or.jp/>



市民温水プール

(川西市火打1丁目)

キセラせせらぎ公園の南側に位置し、プールはもちろん、軽運動室や会議室もあり、市民の運動や憩いの場として、親しまれています。



CONTENTS

平成30年度定期総会を開催	2	生き生き“健幸”④	6
新役員紹介	3	中期計画～チャレンジ&トライ～	7
新しい職員を紹介します	4	がんばってます！ 職場訪問	7
安全就業	5	事務局からのお知らせ	8

平成30年度定時総会を開催

平成30・31年度 新たな役員決まる!!

5月29日(火)に、アステ市民プラザ・アステホールで、平成30年度定時総会を開催しました(会員総数1,228名のうち、出席者66名、委任状723名、計789名)。

初めに、雪岡健次理事長が、「シルバー人材センター人手不足」という新聞記事を紹介され、全国的な会員の減少と60歳代の会員構成比の低下について述べられました。

当センターでも、平成28年3月末会員数1,387名をピークに、この2年間で151名が減少し1,236名となり、11%もの会員が減っています。また、60歳代の会員も全体の28.2%で、2年前より6.7ポイント減少している状況です。今後は、70歳前後の世代を中心とした事業展開が求められており、65歳以上の会員の能力や経験が活かせる就業機会の拡大を推進する取り組みを強化していくことが重要です。

さらに、会員に提供する業務も、スーパーマーケットや介護施設、保育施設などにおいて、請負事業から派遣事業への切り替えを進めています。これにより、多様な

ニーズに対応できる就業形態の提供や介護などの就業を通じた地域貢献に対して、充実してまいりたいと考えています。

今後の超高齢化社会が抱える課題に対して、「シルバー人材センター」が果たす役割は大きく、働く意思と仕事能力によって自立した生涯現役の場として、働くことにより健康寿命がさらに長くなることなど、みなさまが、「健康」と「安全」をしっかりと認識して、活躍いただくことを祈念していることを述べ、挨拶とされました。

続いて、来賓の大塩民生川西市長と西山博大川西市議会議長からのご祝辞、来賓紹介の後、定時総会議長に井関義弘会員(東谷班)が選出され、議事に入りました。

最初に、報告第1号「平成29年度事業報告について」で、受注件数で3.9%の増、事業実績で0.8%の微増、就業延べ人員で0.5%の微減の報告がなされ、報告第2号「平成30年度事業計画及び収支予算、資金調達及び設備投資の見込みの報告について」において、新たな就業開拓への取り組みを強化し、

実績額の上昇に努めていくとともに、派遣事業の拡充に向けた取り組みを行い、会員の安全安心な就業への改善を図っていくことの報告がなされました。

次に、議案第1号「平成29年度決算について」、議案2～12号「平成30～31年度役員を選任について」、議案第13号「理事長に対する権限委任について」の提案説明が順次行われ、審議を経ていずれも原案どおり承認され、総会を終了しました。



開会の挨拶を行う雪岡理事長＝アステホール

平成30・31年度役員

平成30～31年度の役員が、この度の定時総会で次のとおり承認されました。
今後の当センターの運営を任せられるみなさまにご協力をお願いいたします。

理事長(再)	雪岡 健次
常務理事(新)	数元 雅信
理事(再)	森友 潔
〃(再)	国津 元司
〃(再)	福井 綾子
〃(再)	前田 憲男
〃(再)	池松 洋子
〃(再)	後藤 徹
〃(新)	大野 宏彦
〃(再)	後藤 哲雄
〃(再)	玉置 信弘



なお、役員については、藪野常務理事、西理事は退任し、数元常務理事、大野理事が新しく就任いたしました。

就任のごあいさつ



常務理事 数元 雅信

4月に業務執行参与に就任し、5月の定時総会で常務理事に就任いたしました。「人生100年時代」、この言葉が昨年の流行語大賞&トップ10に入ったことは記憶に新しいところです。国では、いくつになっても学び直しができ、新しいことにチャレンジできる社会を目指し、人生100年時代を見据えた構想となる一億総活躍社会の実現に向けて、その取り組みが始まっています。そして、そこに掲げられる高齢者の経験や知識、技能の活用など、シルバー人材センターの役割は重要なものとなっております、会員の皆さまの活躍を期待しているところです。
皆さま方と共にシルバー人材センターの更なる発展のため努力してまいりたいと思っておりますので、どうかよろしくお願いたします。

事務局の新しい職員を紹介します

センター事務局では、この4月から、4人の新しい職員が加わっていますので、ご紹介します。

経営事業課

企業担当 正木 英津子

4月からお世話になっております。主に企業を担当させて頂いております。

毎日たくさんの方の会員さんとお話する機会があり、元気を頂いています。皆様のパワーは、私が今まで持っていたシルバーのイメージとは違って驚きの連続の日々です。



今は、会員さんのお名前とお顔を覚えていくことがひとつの楽しみになっております。

経営事業課 (臨時職員)

公共担当 大田 忠好

一日も早く業務になれるよう努力してまいりますので何卒よろしくお願いいたします。



主な業務は、公民館、キャンプ場の管理、アステホール内の設営依頼などの調整、連絡を行っています。

会員の皆様と就業日程などの調整の際、無理なお願いも受けていただき感謝しております。

日本人男性の平均寿命も81歳に近づいており、これから「人生100年」の時代を迎える中で、シルバー人材センターの目的でもある、生きがいづくりや仲間づくり、健康づくりに少しでも貢献できればと思っております。

まだまだ分からないことが多く、皆様には大変ご迷惑をおかけすることもありますが、よろしくお願いします。

経営事業課 (臨時職員)

総務担当 山田 真由美



センターに4月よりお世話になっております。担当は総務・経理の補助業務です。

市民の方からの剪定や除草の電話を会員の皆さまにわかりやすくお伝えできるように日々心がけています。まだまだ不慣れではありますが

ですが、どうぞよろしくお願いいたします。

経営事業課 (臨時職員)

家事援助担当

谷野 厚子

4月からセンターでお世話になっております。

主に家事援助関連及び産後ヘルパー、年数回の講習会の担当をさせて頂きます。



特に女性とお話をさせて頂く機会が多くあります。

会員の皆様が生きがいと誇りを持って働いて頂けるよう皆様と連絡を取り合いながら、早く私の名前を覚えて頂き、いつまでも元気に楽しんで働いて頂けるように精一杯頑張りたいと思っております。何卒よろしく申し上げます。



平成29年度の安全状況及び平成30年度の「事業計画」に基づき、安全活動の概要をお知らせします。

「事故ゼロ」を目指し、ご協力を
お願いいたします。

平成29年度の安全状況

平成29年度 事故発生件数	
傷害	3件
賠償	5件
合計	8件

平成29年度に発生した事故は8件で、傷害事故3件、賠償事故5件でした。

7月～9月の3か月間で6件の事故が発生しており、事故件数の増加が危ぶまれましたが、安全パトロールなどの啓発活動

の効果により、年間では前年対比1件の減となっています。

傷害事故の内2件は、いずれも就業途上の自転車、バイクの事故で、会員に対する就業途上の注意喚起に努めました。

「事故ゼロ」を目指し、「安全は何よりも優先する」を合言葉に、平成30年度も安全就業に努めましょう

平成30年度事業計画概要

一、安全就業強化月間活動

全国シルバー人材センター事業協会(全シ協)が、毎年7月に推進する『安全・適正就業強化月間』において、次の取り組みを実施します。

- ① 全国統一スローガンの掲示
- ② 安全委員による安全パトロールの実施
- ③ 安全就業標語の募集・掲示

二、安全で信頼されるシルバー組織の構築

- ① 全シ協及び兵庫県シルバー人材センター協会(兵シ協)の指

針に基づく、日常安全行動の強化

② 事故事例、安全情報の共有と再発防止の徹底
三、就業会員に対する安全指導の徹底

- ① 過去の自営を教訓に再発防止策徹底
- ② 「安全就業基準」に基づく安全就業の遵守徹底

四、センターだよりの活用

- ① 安全就業啓発記事による会員の安全意識の向上を図る
- ② 事故情報の掲載により安全意識と事故の再発防止に活かす

五、安全パトロールの実施

- ① 就業現場のパトロールを通じてコミュニケーションを図り安全就業の徹底と安全意識の向上を目指す
- ② 重大事故発生時は当該職群班の会員に対し事故の原因・対策など安全就業の再指導を行う

六、安全就業に関わる啓発活動の取り組み

- ① 兵シ協主催の安全就業推進員研修会に参加
- ② 安全適正ニュース・近隣シルバー安全情報・交通安全ニュース等の有効活用

七、講習会の実施

- ① 救命救急講習会の開催
- ② 交通安全講習会の開催

以上の事業計画に基づき、安全活動を推進します。

平成30年度安全委員会の構成委員

- | | |
|-----|-------|
| 委員長 | 雪岡 健次 |
| 委員 | 数元 雅信 |
| | 大野 宏彦 |
| | 田尻 博哉 |
| | 田浦 豊昭 |
- (敬称略)





健康的で心地よい眠りとは ★

一般的に1日のうち約3分の1が睡眠時間で占められていますが、睡眠について悩んでいる方も少なくありません。睡眠不足は、寝る間を惜しんで仕事や遊んだりして、睡眠時間を確保できない状態です。不眠は寝床に入っても寝られない、または眠りが浅いなどの状態です。睡眠不足は若者に、不眠は60歳を超えると増えると言われます。

健康的な睡眠時間は6~7時間と言われています。早寝早起きがいいからと、早く床に就きすぎると夜中に目が覚めたりします。夜中に目覚めると熟睡感が得られないこともあり、「眠れない」→「早くから寝床にはいる」→「寝床にいる時間が長くなり不安になる」という悪循環になる場合があります。十分眠たくなってから、適度な時間に寝床に入ることがポイントです。

また、体内時計は25時間だと言われおり、朝一定の時間に起きることで体内時計を24時間に戻すことができ、昼間活動することで夜適度な時間に眠くなると考えられます。なお、カフェインによって脳の中で眠たくなる睡眠中枢の活性化が抑制されるので、カフェインレスの飲み物にするなどカフェイン摂取を少なくすることも大切です。寝る前に、ブルーライトの出る機械を見ること自体や、画面を見ることで脳が刺激を受けることが睡眠の妨げになると考えられています。睡眠前にはテレビ、パソコン、スマートフォン等の画面を見ることは避けた方がよいです。

他には、睡眠時は汗をかきますので、汗を吸いやすい素材のパジャマで寝ることで快眠につながり、パジャマを着ることで寝る気持ちへ切り替えるきっかけにもなります。

また、眠い時に体が温かくなったと感じたことがあると思います。寝る1時間くらい前に、ぬるめのお風呂に入り、体を温めリラックスすることも快眠につながります。特に、夏場はエアコンなどで快適な室温での睡眠を心掛けましょう。

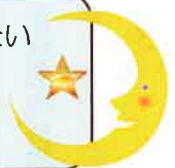
生き活き”健康” 4

このシリーズは、川西市健康増進部健康政策課(市保健センター内)との連携記事です。



しっかり活動 心地よい眠り

- 朝は一定の時間に起きる
- カフェインを摂りすぎない
- 寝る前の過ごし方に工夫(テレビ等は寝る直前は控える)
- パジャマの素材の工夫
- お風呂でリラックス



☆ 1 Point

とができませんので、ゆっくり確実にいきましょう。

②「1・2・3」で元の姿勢に戻し、「はい」で静止

①かかとをお尻につけるように「1・2・3」で膝を曲げる、「はい」で静止

片足ずつ10~15回×2セットが目安



形性膝関節症・股関節症などの方に効果があります。変

【膝曲げ運動(うつ伏せ)】

今日からできる筋力維持&アップ体操を紹介しします。

転ばぬ先の 転倒予防体操



中期計画
チャレンジ
& トライ

当センターでは、近年のシルバー人材センターを取りまく社会環境の変化等への確に对应していくため、平成29年度から33年度の5年間の事業展開の指針となる「中期計画」を生き活きセンター「チャレンジプラン」を策定しています。同計画には、センターの運営を計画的かつ着実に取り組んでいくための6項目の達成すべき目標と実現方策を掲げています。

④安全および適正就業の推進と徹底

◆適正就業の推進◆

■現状と課題

当センターは、平成24年4月1日に「公益社団法人」に移行し、厳しい法令遵守が求められるとともに、地域住民や利用者、関係行政機関等から、さらに信用と信頼される法人となる必要があります。

センターの就業形態は、「臨時的かつ短期的な就業、または軽易な業務」で、生計の維持を目的とした本格的な就業で

はなく、任意的就業であり、その趣旨から大きく逸脱しない、適正な就業に取り組む必要があります。

会員が就業する現場において、発注者から直接的に「指揮命令」を受ける就業は、センターの事業趣旨に馴染まないため、適正な就業となるよう、一般労働者派遣事業（シルバー派遣）を適用して対応する必要があります。

■具体的な取り組み

「公益社団法人」としての社会的責任を自覚し、センター職員と会員が、適正就業の趣旨・目的を十分理解するよう、研修会を開催するなど、適正就業への意識の醸成に努めます。

センターの就業形態の適正化を推進するため、職種に応じたローテーション就業を徹底し、過重な就業による事故発生の防止や会員の就業機会の公平化に向けて、適正な日数での就業を図ります。

「シルバー派遣事業」は、適正就業の取り組みを実施するうえで有効な手段であることから、受託事業の就業内容の点検を行い、必要によっては派遣事業への是正に取り組みます。

がんばってます!!

●●●●● 職場訪問

市民温水プール



窓口案内業務

笑顔で来場者に対応しています!

駐車場利用者案内業務

利用のしかたを丁寧に伝えています!



事務局からのお知らせ

講習会のご案内

▼生活支援

日時 9月25日(火)～10月5日

(金)うち5回

13時～17時

場所 センター2階 会議室

内容 施設や訪問介護における

清掃・介助など

定員 先着15名

申込 8月21日(火)から

※本講習会は、「兵庫県シルバー人材センター協会」が主催する講習会です。

▼救命救急

日時 10月3日(水)

13時～16時

場所 川西市消防本部

3階大会議室

講師 川西市南消防署救急救命士

定員 先着20名

▼毛筆筆耕

日時 11月2日(金)、9日(金)、

16日(金)

13時30分～16時30分

同封のチラシをご覧のうえで、チラシ裏面の申込書に必要事項を記入し、申し込みください。

ボランティア活動のご案内

多数ご参加ください!!

日頃お世話になっている地域への貢献と、センター事業のPRを目的に、下記のとおり「清掃ボランティア活動」を実施しますので、ふるって参加ください。

場所 猪名川河川敷

集合 ドラゴンランド小花側
トイレ前

日時 10月19日(金)〔雨天の時は22日(月)〕午前
10時～12時

参加希望者は
10月6日(金)までに
センター事務局へ
☎(758) 6234

☆配分金振込予定日のご案内☆ (7月就業～12月就業分)

就業月	振込日	備考
7月分	8月15日	
8月分	9月18日	3連休のため
9月分	10月15日	
10月分	11月15日	
11月分	12月17日	15日が土曜日のため
12月分	1月16日	年末年始のため

場所 センター2階会議室
講師 古賀 七五三男氏
内容 年賀状宛名書と文字の練習
定員 先着20名

申し込みは 生活支援以外
8月7日(火)からセンター事務局へ
☎(758) 6234

安全就業標語の 入選作品を発表

平成30年度の安全就業標語の応募は95点ありました。審査の結果、次の5点を優秀作品として選考しました。(敬称略)

【最優秀賞】

◆人の身も 我が身と思う
安全作業

亀井 正一

【優秀賞】

◆見逃すな いつもと違う
わずかな変化?

大竹 博

◆これ位 それがそもそも
事故のもと

高見 輝規

◆安全は 基本動作の
繰り返し

竹内 昭嘉

◆仕事前 朝の点呼で
事故防ぐ

辻 栄一郎