

会報



# シルバー旭川

(題字/石崎閑雲)

発行所：公益社団法人 旭川市シルバー人材センター

〒070-0902 旭川市春光町3639番4 TEL (0166)51-1600 FAX (0166)55-2537 <http://www.asahikawa-silver.jp>



旭川市彫刻美術館（旧旭川偕行社）(Photo by T.Okabe)

全国シルバー人材センター

**統一スローガン**

**事故防止、**

**急ぐな、あせるな、気を抜くな**

会員数（人）の動き

	男	女	合計
平成29年3月	623	299	922
平成30年3月	595	294	889
平成31年3月	618	267	885



## 令和元年度の スタートにあたって

理事長  
中島 哲夫

去る5月30日(木)に開催されました令和元年度の総会におきまして、親愛なる多くの会員の皆様にご参加をいただき、盛会裡に終えることができました。その後の親睦会においても数多くのご意見・ご要望等を賜り、心からお礼申し上げます。

いただきました事項につきましては、今後の事業運営に反映していきたいと存じますので、この1年間さらなるご支援・ご指導を賜りますようお願いいたします。

昨年度は、飛び石による物損事故が残念ですが、9件発生しました。十分なる注意を払っての結果であります。今後とも会員同士声を掛け合って事故防止に細心のご努力をお願いいたします。全国的に人身に絡む重篤事故が多発している中、我がセンターでは全くありませんでした。全会員の皆さまのご努力の賜物であり、お礼申し上げます。

これから暑い日が続く季節となります、体調がすぐれないときは無理せず、遠慮なく休業して頂きますようお願いいたします。

今まさに人生100年時代を迎えようとしております。少子高齢化の一途をたどり、労働力不足が叫ばれており、日本の労働行政は65歳までの雇用確保から70歳までの雇用確保にシフトされつつあります。

60歳以上の国民の労働意識は、身体に支障が無ければ70%が働きたいと、しかし実態は30%の方しか働いていないのが実態であり、今後ともこの傾向は変わらないとのこと。

このかい離を埋めることができるのが働き方の多様性を持っているシルバー人材センターです。この1年、各種のセミナー・就業説明会を通してセンターの要である会員拡大に努めようではありませんか。

## 定時総会報告

令和元年度定時総会が、5月30日(木)午後2時より旭川トーヨーホテル丹頂の間を会場に開催されました。出席者は118名、委任状436名、計546名となり、会員の過半数を超え総会は成立しました。

初めに、平成30年度中にお亡くなりになられた方々への黙祷を捧げ、続いて山内悦子理事の開会宣言の後、中島哲夫理事長から挨拶がありました。

また、当日公務ご多用の中、上川総合振興局商工労働観光課長工藤和浩様、旭川市経済部部長品田幸利様、旭川公共職業安定所所長小笠原淳様のご出席を賜り、ご祝辞をいただきました。

引き続き、祝電披露、北海道シルバー人材センター連合会会長様のメッセージ、



当センターに5年以上の永年継続就業会員で80歳以上の21名に記念品と感謝状を贈呈致しました。その後、議長に木林啓爾理事が選出され議事に入りました。報告第1号「令和元年度事業計画」、報告第2号「令和元年度収支予算」が報告され、次に議題に入りました。議案第1号「平成30年度事業報告」、議案第2号「平成30年度決算報告」、鎌田孝雄監事より「監査報告」があり、報告事項を含めすべての議題が満場一致で承認されました。総会の最後に、石川玲子理事の閉会宣言がありました。総会は15時30分に終了致しました。



総会終了後、安全宣言大会で、安全委員会高松勝一委員長より「安全宣言」と、講師による「安全講話」を行いました。



## 年に一度は定期検診を受けましょう!!

### 健康診断の必要性

- ・ 早期には自覚症状がなく、症状が現れた時にはすでに進行しているという病気は少なくありません。
- ・ 症状のない病気を早期に発見するには、無症状のうちから定期的な健康診断を受けることが大切です。
- ・ ご自身の健康を守るためにも、まずは一人ひとりが自分自身の体に向き合うことが予防の第一歩です。

### 健康診断の目的

- 【一次予防】健康診断の結果から生活習慣の改善をし、病気を予防する。
- 【二次予防】病気を早期に発見し、早期治療につなげる。

### 健康診断の心がまえ (6か条)

1. 毎年欠かさず健康診断を受ける。
2. 健康診断の結果に必ず目を通し、保存する。
3. 結果はきちんと受け止める。
4. 気になることがあれば健康診断機関に相談する。
5. 再検査(精密検査)を恐れない、面倒がらない。
6. 「異常なし」を過信せず、日頃から体のチェック。

1年に1度  
健康診断を  
受けてね!



## 高齢者の低栄養対策のための食生活

平成28年国民健康・栄養調査の結果によると、65歳以上の高齢者の低栄養傾向の人の割合は17.8%で、およそ高齢者6人に1人が低栄養状態です。その原因は、高齢者の食生活にあります。独居や高齢者だけの世帯になると、同じものばかり食べる、買い物や調理が億劫になる、食事そのものへの関心が薄れ、食生活が単調になってしまう、食事の回数が減る、といった特徴があります。

### 低栄養を予防し老化を遅らせるための食生活指針

- ・ 3食のバランスをよくとり、欠食は絶対さける
- ・ 動物性たんぱく質を十分に摂取する
- ・ 魚と肉の摂取は1:1程度の割合にする
- ・ 肉は、さまざまな種類を摂取し、偏らないようにする
- ・ 油脂類の摂取が不足にならないように注意する
- ・ 牛乳は、毎日200ml以上飲むようにする
- ・ 野菜は、緑黄色野菜、根野菜など豊富な種類を毎日食べ、火を通して摂取量を確保する
- ・ 食欲がないときはとくにおかずを先に食べごはんを残す
- ・ 酢、香辛料、香り野菜を十分に取り入れる
- ・ 和風、中華、洋風とさまざまな料理を取り入れる
- ・ かむ力を維持するため義歯は定期的に点検を受ける



# 就業相談日のご案内

「就業に関する相談日」  
を開設しています。就業に  
関する相談のある方はお気軽  
にお申し込みの上、お越し  
下さい。



時間等の調整のため事前のお電話(51-1600)  
を必ずお願いします。

- ◎ 日時 毎月の第3の木曜日  
10:00~14:00
- ◎ 場所 センター事務局

## 令和元年度 事務局構成

事務局長 佐藤 勝

総務・経理全般 公共事業・派遣事業	業務全般 公共事業・派遣事業
◎グループチーフ 窪田 理江	◎グループチーフ 沼田 治美
高橋 真澄	サブチーフ 笠間 邦子
※ 事務局体制が変わり ました。	阿部 一 広 橋本 真澄美 末山 恵



# 一緒に活動する仲間を増やそう!!

旭川市シルバー人材センター・北海道シルバー人材センター連合会、全国シルバー人材センター事業協会では、会員100万人達成に向けた取り組みを実施しています。

私たちも、仲間を増やし100万人達成の取り組みに頑張りましょう!!

## ご紹介ください あなたの舞台は無限大!!

◎ お近くに概ね60歳以上の方で、今まで培った経験や知識、  
技能を生かしたいという方はいませんか?

是非、事務局へお知らせください。必要に応じ、事務局より  
お仕事等の説明いたします。

また、ご紹介いただいた会員の方には、お礼を用意しております。



### ★ センター前の駐車場について ★

センター前の駐車スペースは僅かしかありません。会議や講習会で来られた場合は、当センター発行の「許可証」を提示していただければ、護国神社様の駐車場の一角を貸していただけることになっています。「許可証」の発行については事務局に申し出て下さい。(退会時には会員証と共に返還)



くれぐれも向かいのローソンさん及び路上には駐車しないようにお願いします。

### 編集後記

平成の30年間の歴史が終わり、新しい令和の時代の幕開けの最初の号を皆様のお手元にお届けいたします。新しい理事さんも就任し、旭川市シルバー人材センターの活動がよりいっそう充実されていくことと思います。併せて、広報誌もより充実した内容になり、会員の皆様のお役に立つような内容で構成できるよう心がけてまいります。

#### 【編集委員】

- 岡部 正 (編集委員) 近藤 初美 (編集委員)
- 木林 啓爾 (担当理事) 窪田 理江 (事務局)

## 令和元年度定時総会メッセージ

旭川市シルバー人材センターの令和元年度定時総会の開催を心よりお祝い申し上げます。

シルバー事業を取り巻く環境は、めまぐるしく変化してきておりますが、このような環境の変化がある中であっても、貴センターにおかれましては、シルバー事業における基本理念であります「自主・自立、共働・共助」の下、役職員、会員が一丸となり着実な努力が重ねられております。

急速に高齢化社会が進展する中で、働く意欲のある高齢者が、長年培ってきた知識や経験を活かし年齢にかかわらず活躍できる「生涯現役社会」の実現がますます重要となっており、高齢者の就業機会の確保は喫緊の課題となっております。

また、人手不足により、高齢者の労働力が強く求められており、就業を通じて高齢者の福祉の増進に寄与するシルバー人材センター事業の重要性とシルバー人材センターに向けられる地域社会の期待は一層大きなものとなっております。

急増する高齢者の受け皿としての機能を十分

果たし、「社会の担い手」を実践できるよう事業展開していかねばならないと考えております。

このためには、「放課後児童クラブにおける育児支援」や「家事援助を中心とした福祉・家事援助サービス事業」を推進し、更には高齢者活用・現役世代雇用サポート事業」の積極的な活用を通じて現役世代の下支えや人手不足分野での労働力確保に貢献できるよう事業展開していかねばならないと思っております。

この期待に応えるためにも、当連合会といたしましては、貴センターとの連携を図りながら、シルバー事業を推進していきたいと考えております。

最後になりますが、貴センターの令和元年度定期総会が盛会裡に終了し、貴センターの益々のご発展と、ご参会者の皆様のご活躍を心からご祈念申し上げます。

公益社団法人  
北海道シルバー人材センター連合会  
会長 前田 龍一

## 受賞者代表謝辞

只今、21名の方々が栄誉ある永年勤続の表彰をいただきました。本日の受賞者を代表して、お礼の言葉を述べさせていただきますと思います。

旭川シルバー人材センターの会員になって20数年が過ぎました。その間、様々な困難なことがあったり、年を重ねることで十分な仕事ができなかったり、また体力に自信が持てなかったり等で、当センターにご迷惑をかけたこともあったように聞いております。

しかし、その間、当センターの歴代の理事長様はじめ役員の方々、そして職員の皆様の温かい励ましの言葉や、くじけそうになったときには、優しくご指導下さったりと、どうにか20数年を大過なく仕事をすることができました。

今日このように表彰していただけるのも、皆様の温かいご助言の賜と深く感謝申し上げます。

最後になりましたが、旭川シルバー人材センターの今後ますますのご発展と、当センターの役員の皆様、そして職員や会員の皆様のご健勝をご祈念申し上げ謝辞と致します。本日は、ありがとうございました。

## 受賞者代表 福本 政夫



## 永年継続就業会員表彰受賞者 (80歳以上で、年1回以上の就業がある継続5年以上の会員)



- |             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|
| 福本政夫 (29班)  | 菊地忠之 (3班)   | 志賀良子 (48班)  |
| 岡本晴雄 (17班)  | 惣伊田悟 (5班)   | 大西友之 (18班)  |
| 野崎 徹 (3班)   | 木林啓爾 (9班)   | 岡田正良 (29班)  |
| 安部文子 (27班)  | 當木槌雄 (29班)  | 松本良子 (7班)   |
| 吉永光男 (27班)  | 小原良子 (17班)  | 渋谷幸太郎 (17班) |
| 山本須須武 (34班) | 開発 繁 (30班)  | 秋山成太郎 (52班) |
| 小村和子 (8班)   | 佐々木政登 (48班) | 神田義晴 (19班)  |
- (敬称略)

親睦会スナップ



中島理事長の挨拶

令和元年度の総会が行われた後、同ホテル内3階の翡翠の間で市内10地区から参加された会員の皆様が集まり、親睦会が行われました。事務局の軽快で明るく楽しい司会に促され、進むお酒・食べ物・おしゃべり。そして、カラオケ、お楽しみ抽選会など、明るい笑顔いっぱいのひとときを過ごしました。



# 安全就業宣言

令和元年度の総会終了後、安全委員会高松勝一委員長が、「安全宣言」を読み上げ、参加者全員が「安全はすべてに優先する」ことを確認し、今年一年の活動の無事を心に誓いました。

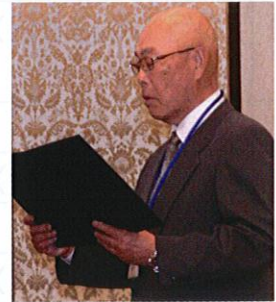
私たち会員は、働くことを通じて社会参加と生きがいづくり、地域社会への貢献に取り組んでおります。

自主・自立、共働・共助の精神のもと、事業の発展を願うと共に、「安全はすべてに優先する」を合言葉に就業に取り組んでまいりました。

私たちは、ここで、事故撲滅をめざし次の通り宣言いたします。

- 一、健康管理に留意します。
- 一、使用器具の点検と正しい取り扱いをします。
- 一、作業現場の状況確認及び保護具の着用を実施します。
- 一、仕事に適した服装を心がけます。
- 一、交通事故防止につとめます。

以上、安全就業に取り組むことを宣言します。



令和元年5月30日

## 今年度から新たに選出された理事



田辺 隆 西科美代子 押村 幸雄 小川 若雄 柏倉 光 常務理事 佐藤 勝

今年度の旭川市シルバー人材センター総会でご承認いただきました6名の理事でございます。

このような大役を仰せつかるには、まことに微力でございますが、先輩各理事の皆様、ならびに理事長、事務局の皆様のご助言、ご協力をあおぎ、理事として与えられた業務の推進に努めてまいる決意でございます。どうぞよろしくお願い申し上げます。



### 詐欺被害にあわないために!

近年、高齢者を狙った詐欺や消費者トラブルが増えています。高齢者の被害を未然に防ぐためのポイントです。

1. 詐欺師が最も嫌がるのは、自分の声が残されること。録音機能のついた電話にするなど
2. 警察官、弁護士、役場の担当者を名乗る電話は、要注意!! (グループで欠けてくる場合も)
3. 最近の手口「役所の者ですが、還付金の手続きのためATMへ足をお運び頂けますか」「有料サイトの支払いが遅れているようなので、ご連絡ください」「息子さんが事故を起こされたので弁護士に電話を代わります」→典型的な詐欺の手口

怪しい電話、被害にあいそう、被害にあった→188 (消費者ホットライン)

#9110 (警察相談専用電話) へ

# 各地区の研修会・ボランティア活動

各地区研修会実施予定（結果）表

地区	日程	研修内容
中央	未定	時事問題を題材とした講習会 季節作業に伴う事故防止について
東光	10月・11月予定	未定
東(豊)	6月16日(日)	「詐欺」の被害防止を目的に「旭川消費者協会」 劇団「風」の出前講座 10時～11:30
新旭川	未定	未定
北星	10月5日(土)	血管の話 10:00～11:30
春光	未定	未定
末広	9月25日(水)	今からできる「認知症を予防できる生活習慣」14:00～
神楽	未定	未定
神居	7月26日(金)	「高齢者の健康管理」13:30～17:00
永山	未定	未定

## 終了した研修会



東地区研修  
令和元年6月  
16日  
「詐欺防止の  
ために」  
劇団「風」の  
出前講座

## 終了したボランティア



東地区ボランティア  
令和元年6月16日  
豊岡地区センター周辺の  
清掃活動 9:30～10:00



末広地区ボランティア  
令和元年6月11日  
末広地区センター周辺の  
清掃活動 9:30～10:00



=各地区ボランティア活動予定(結果) =

地区	日程	ボランティア内容
中央	9月26日(木)	交通安全旗波運動(護国神社前交差点) 11:00～
東光	9月26日(木)	交通安全旗波運動(護国神社前交差点) 11:00～
東(豊)	6月16日(日)	豊岡地区センター周辺の清掃(ゴミ拾い等) 9:30～10:00
北星	9月26日(木)	交通安全旗波運動(護国神社前交差点) 11:00～
春光	8月未定	護国神社献燈張り 9:00～11:00
末広	6月11日(火)	末広地区センター周りの除草、剪定作業(刈払機使用) 9:00～12:00
神楽	9月26日(木)	交通安全旗波運動(護国神社前交差点) 11:00～
神居	11月 日程・時間未定	神居地区交通安全協会主催、交通安全旗波運動 (旭川日産神居本社前:神居4の1)
全地区	9月26日(木)	交通安全旗波運動(護国神社前交差点) 11:00～



## シルバー交通安全旗波運動

今年度もボランティア活動の一環として『秋の交通安全市民総ぐるみ運動』に協力し、「交通安全旗波運動」を、旭川中央警察署並びに旭川市（防災安全部交通防犯課）のご協力をいただいで実施することになりました。是非、多くの会員の参加をお願いいたします。

実施期日 令和元年9月26日（木）  
 集合時間 午前10時45分 小雨決行  
 実施時間 午前11時～12時終了  
 実施場所 護国神社前交差点  
 （旭川市花咲町1丁目）

※参加者全員に粗品進呈します。

====参加申し込み====

電話かファックスで

氏名・電話・会員番号を明記

9月20日（金）まで

直接事務所へお申し込みください。

TEL 51-1600（平日9:00～17:00）

FAX 55-2537（24時間受付）

（期待数200名）

## リングプル（プルタップ）を集めています。

平成18年からリングプルを集めております。皆様のご厚意が、「車椅子」になりますので、ご協力お願いいたします。

少量でもよろしいです。ご家庭で集められた物などを事務局へ、お持ちください。



## 安全就業の推進

就業前安全点検（KY ミーティング）  
 実施表を活用しましょう

＝危険予知と安全確認＝

事故は、慣れと油断という過信が原因で起きています。そして、その過信が重大な事故につながっています。慣れた仕事ほど用心を怠らないことが大切です。

事故の発生を1件でも減らすために、安全・適正就業委員会が中心となって「安全点検実施表」（除草、草刈、剪定、冬囲い、除雪、雪下ろし、冬囲い外し）を用意してあります。事務所にありますので活用してください。

その他の職種の会員の皆さんについても、常に安全就業を心がけましょう。

### 安全就業ワッペン

就業の際は必ず付けて安全優先でお仕事しましょう！！



お持ちでない方は、事務局へご連絡ください

### 緊急時の連絡先を

もしもの急病や事故などの時には、緊急時に連絡が取れる、家族や知人の連絡先を明記したものを携帯しましょう。かかりつけの病院等の名称・連絡先も記入しましょう。

「安全就業ワッペン」の裏なども活用できます。

## 安全帽の貸し出しをします

必要な方は事務局まで取りに来てください



危険を伴う作業（「労働安全衛生規則」等で規定）

では、安全保護帽（ヘルメット）の着用が義務づけられています。旭川市シルバー人材センターの「安全宣言」に基づき、現場での安全保護帽の着用をお願いいたします。

トラブルを防止するために

# 一人ひとりが責任ある行動を!

～就業はセンターの規定にそって～

## 直接仕事は引き受けない!!

会員が、発注者から直接受注し、仕事が終わった後、発注者からその場で報酬を受け取るケースです。

事務局は、発注者から会員に適した仕事を請負・委任の形式で引き受けます。その後、事務局から会員提供しその会員が就業するという手順になっています。会員が発注者から直接受注した場合、

- ①万が一、事故で相手に損害を与えたり自分自身が怪我をした場合でも、シルバー人材センターで受託した仕事でないことから保険の適用とならない。
- ②相手から、会員の行った仕事に関連した苦情がセンターに寄せられた場合でも、センターとして責任がとれない。

ということになります。

また、事後報告という形で会員から事務局に「就業報告書」が提出されてくる場合も、上記と同様の扱いとなるので注意してください。

ですから、会員が直接就業依頼を受けた場合には、作業前に会員からシルバー人材センターへ連絡してもらうことが大切です。

**直接仕事を引き受けることは、絶対に慎んでください!**

会員の一人一人が、組織の一員となって運営しているのが「シルバー人材センター」です。「このくらいなら許されるだろう。」「自分一人くらいなら、大丈夫だろう。」などという安易な行為が、会員や事務局に迷惑をかけることになるということをしっかり心に留めておいてください。

### 令和元年度 理事会の部会構成と役割分担

部 会	主な活動	理事名	部 会	主な活動	理事名
自主・自立 共働・共助 部 会	「就業開拓・適正化委員会」 ・就業開拓の推進 ・賛助会員の勧誘 ・会員の獲得 ・就業の公正・公平化 ・会員の能力向上	佐藤 徹 山内 悦子 柏倉 光 西科美代子 押村 幸雄  担当 佐藤事務局長	調査・広報 部 会	「会報編集委員会」 ・会報「シルバー旭川」の発行 ・普及、啓発活動 ・会員の意見、要望等の収集	木林 啓爾 岡部 正  担当 窪田チーフ
			安全就業 部 会	「安全委員会」 ・安全講習会の企画 ・パトロールの実施 ・安全基準の作成 ・安全情報の発行 ・眷顧診断受診の推進	高松 勝一 小川 若雄 田辺 隆  担当 佐藤事務局長
生きがい 部 会	女性委員会「かたくりの会」 ・研修会の充実 ・女性会員の組織化と活動の推進	片山 房江 石川 玲子  担当 沼田チーフ			