



# せ・ら・ぎ



河内長野市シルバー人材センター 会報

自主・自立、共働・共助

## 「手伝いませ やりませ」

様々な職種で活躍している会員たち



上の写真は、



### 《受託事業》

- ・子ども一時預かり にこにこルーム
- ・手づくりショップ しるばー
- ・手づくり工房 アン
- ・いけばな教室 花園会
- ・KNSパソコン相互研修会

### 《派遣就業》

- ・スーパーでの整理・片付け
- ・倉庫での入出庫管理



などの就業場所で働いている会員たちです。

公益社団法人 河内長野市シルバー人材センター

TEL. 0721-65-0256 〒586-0041 河内長野市大師町25-2

FAX. 0721-65-0288

河内長野市 シルバー

検索

# 新年のごあいさつ



理事長  
長野 宏

新年あけましておめでとうございます。  
皆様方におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

平素は、当シルバー人材センターの事業運営に格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、当シルバー人材センターにおきましては、昨年役員改選があり、新たな体制で早7ヶ月が経過しました。事業実績においては、ここ数年着実な成果を挙げており、本年度も受託事業では前年度とほぼ同じ程度で推移しています。また、派遣事業や職業紹介事業では新規契約を締結するなど順調に推移しています。会員数も、減少傾向に歯止め状況となっています。これはひとえに、皆様方のご支援とご協力の賜物と感謝申し上げます。

少子高齢化が進展する社会において、労働力人口が減少する中で、働く意欲のある高齢者が活躍し続けることができる「生涯現役社会」を実現することが重要となっており、シルバー人材センターの果たす役割がますます重要となっています。

このような状況の中、当シルバー人材センターでは、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、就業機会の拡大と会員の拡大に努め、高齢者の就業を通じて生きがいの充実と社会参加を推進するとともに、活力ある地域社会づくりに貢献するシルバー人材センター事業を展開してまいります。

結びにあたり、役職員と会員の皆様と手を携え、シルバー人材センター事業が、さらに発展するよう取り組んでまいりますので、変わらぬご支援、ご協力をお願い申し上げますとともに、本年が皆様方にとりまして、素晴らしい年となりますことを祈念申し上げて、新年のごあいさつとさせていただきます。



手づくりショップ  
会員による作品



河内長野市長  
島田 智明

新年あけましておめでとうございます。  
公益社団法人河内長野市シルバー人材センター会員の皆様におかれましては、つつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年中は、市政の各般にわたりまして、格別のご支援ご協力を賜り、心からお礼申し上げます。

さて、少子高齢化が急速に進む今日において、地域社会の活力を維持していくためには、高齢者の皆様が生涯現役として、多様な形で社会参加できる環境づくりが求められております。

このような中、貴センターにおかれましては、活力ある高齢社会を支える地域の中核的な組織として、平素から長野理事長を中心に、高齢者の皆様の豊富なご経験やご見識を、地域に還元していただいておりますことに、深く敬意を表します。

本年も、皆様には、「自主・自立、共働・共助」の理念のもと、高齢者の就業機会の充実と福祉の向上、そして、本市の活性化のため、その一翼を担っていただきますようご期待申し上げます。

本市と致しましても、高齢化率が30パーセントを超える中で、健康寿命の延伸に向けて、住み慣れた地域で、医療・介護・介護予防や生活支援などの様々なサービスが総合的に提供される体制づくりを進め、地域で支えあいながら、高齢者が健やかでいきいきと暮らし続けられるまちづくりを推進してまいりますので、ご支援ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、河内長野市シルバー人材センターのますますのご発展と、会員皆様のご健勝ご多幸を祈念申し上げ、新年のごあいさつと致します。



# お客様からの声



## 福祉施設でのご利用

特別養護老人ホーム 寿里苑 施設長 中村きょう子様

特別養護老人ホーム寿里苑は、約15年以上前からシルバー人材センターの方に多大なご協力をいただき、今があります。まず最初にご協力いただいたのが洗濯業務。ご利用者160名の洗濯物を365日交替で洗濯し、お部屋へ運んで下さっています。現在では洗濯業務に8名、朝・昼・夕の食事介助に8名、書道クラブの先生として1名の合計17名の方々に施設運営のご協力をいただいています。

シルバー人材センターの皆さんは、施設職員・ご利用者又、寿里苑にとっても無くてはならない存在となっています。今後も引き続き大切な寿里苑の一員として関わりを継続させていただきたいと切に思っています。

## 自習室監督と除草でのご利用

清教学園中・高等学校様

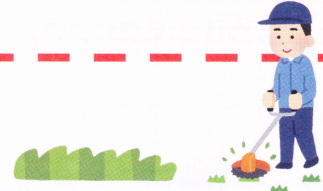
### 「愛ある知恵」を共に育む

河内長野市の皆様にお世話になってから66年、生徒数49名だった小さな学校は、今や約1,800名が通学する学び舎に成長させていただきました。

とりわけ2012年からは、シルバー人材センターの会員の方に自習室の監督やグラウンドの草刈り等を引き受けていただき、学園の教育活動をますます支えていただいております。実際、ご自身の子育て経験も生かしながら、自習室の生徒たちの様子を温かく見守ってくださる姿勢は、学内で厚く信頼されています。また、広大な場所での草刈りのご献身によって、生徒たちには、美しく安心感にあふれた学習環境がもたらされています。

華々しい世代間交流の形こそ取ってはいませんが、経験豊かな世代の方々が尽力なさる姿を目にし、むしろ生徒たちの心には、人として互いに仕え合う絆が感じ取られているようです。「愛ある知恵」の育成に努める本校にとって、とてもありがたい光景であります。

これからも、若い生徒たちが自らの賜物を存分に生かせる教育活動を共に展開させていただきたく存じます。



## 家事手伝いでのご利用

西片添町 Y様



永い間お世話になっております。初めてお手伝い頂いた時、3才だった娘が今38才になりました。初めの頃は、炊事、洗濯、掃除、食事も作って頂き、35年というおつきあいの中で沢山の方々とのお逢いがありました。皆さん良くして頂きとても助かりました。数々の知識を教わり、なかでも印象に残っているのは、洗濯して干す前に一度きちんとたたみ、干して頂いたので、乾いた時シワが少なく綺麗になっていました。玄関は箒で掃出した後、雑巾で丁寧に拭いて下さいました。また日々の中、安堵感も感じております。一応主婦である私の領域を大事にして下さり、とても気持ちの良い日々を過ごすことができ、感謝の気持ちでいっぱいです。これからもよろしく願い致します。

## 搬出作業でのご利用

清見台 F・I様

娘が使っていたエレクトーン、今は誰も弾かないのに重くて大きいのでずっと同じ部屋で場所をとり処分に困っていました。

買い取り業者をネットで調べたりしましたが、ピアノしか買い取ってくれません。

仕方なく市の有料ごみに出そうと電話すると「シルバーが粗大ごみ置き場まで運びますよ」との返事、何とエレクトーンは粗大ごみで出せたのです。

あの重いものを3人の方が粗大ゴミ置き場まで、一生懸命運んで下さり、とても助かりました。

お陰で部屋がスッキリ、広く明るくなった感じがします。

現在 毎年植木の剪定もお願いしています、シルバー様々です。

また、家具の移動などもお願いしようと思っています。

※現在エレクトーンの搬出はしておりません。



# こんな仕事お引き受けします

## お気軽にご相談ください



手づくりショップするばー  
(くろまろの郷 販売)

施設管理・  
受付・清掃・  
工場内軽作業・  
人材派遣

### 通院・入院される方

付き添い・洗濯

お墓の清掃

### ご家族、ふるさとを離れて暮らす方

空地・休耕田  
機械草刈り

空き家管理

### 農家等

農作業の手伝い



植木の剪定



除草



機械草刈り



いけばな教室  
—花園会—



子ども一時預かり  
—にこにこルーム—



### 公共団体・企業

### シルバー人材センター

### 公共団体・企業

### 一般家庭

### 商店

### 一般家庭

●お見積もりは無料です。 ●上に例示した仕事以外のことでもご相談ください。  
●仕事の職種や時期により混み合う場合があります。又、作業する会員がいない場合もありますので、まずはお電話でお問い合わせください。  
●会員はすべて高齢者ですので、高所作業など危険な仕事については、お引き受け出来ないことがあります。TEL：0721-65-0256



### 倉庫での入出庫業務の仕事 (派遣事業)

～ひとりぼっちの倉庫番～



ある会社の倉庫係の仕事に就いて3年目を迎えました。倉庫内の仕事をひとりで任されています。シルバ一派遣の仕事として週2日出勤・3人交代での勤務は負担が少なく、月割りシフト表には希望を聞き入れてもらっているので、ありがたく感謝しております。当初は、納入物品の検収、700程度もある材料の保管棚の掌握、出庫機器材料の確認など、本当にひとりで切り盛りできるのかと不安がありました。PCエクセル関数を工夫して在庫場所の簡明化とか、棚卸作業の省力化などに取り組んでやっと何とかこなしていけるようになりました。「石の上にも三年」がまさにそのとおりです。

現役を引退して責任感や自覚が薄れるとも言いますが、外部のお客様からすれば組織内の一員として映るわけでもあり、服装・言動に留意しなければいけないし、「風邪で寝込んでは大変」と健康管理も怠らぬようにと自戒しております。

神谷幸雄 会員



### 家事援助の仕事



河内長野市民になってやっと新しい環境にも慣れ、「そろそろ地域デビュー？」と思っていた矢先、ふと目にしたのが「シルバー人材センター」のパンフレットでした。何の資格も持たない私ですが、日常の延長の「家事援助」くらいなら…。と説明会に参加しました。

最初は短期の仕事からはじめて、徐々に長期に移行し、今は週一回の仕事を受けていただいています。おひとり住まいのYさんは人生経験も豊富で、学ぶところが多く、何より90歳とは思えないパワーと行動力の持ち主で常に前向き、いつも「元気」を頂戴し、楽しく仕事をさせていただいています。センターの職員さん達も業務に精通したすぐ腕揃いでとても頼りになる存在です。

皆さんも是非一度ちょっと「シルバー人材センター」を覗いてみませんか。きっと新しい楽しい出会いがありますよ！



吉田聖子 会員



### スーパーでの整理・片付けの仕事 (派遣事業)

スーパーでの清掃の仕事始めて3年目になります。2人で隔日出勤して週4日働きます。朝の5時30分出勤なので、続けられるか初めは不安でしたが、先輩に教えてもらい続けられています。

最初にするのは、店の外回りをキレイに掃き、大量のペットボトルやプラスチックなども片付けます。その後、店の中に入り通路にある商品を移動させます。そのうち業者さんが商品を納入に来ます。いつもの顔見知りの人たちと挨拶を交わし、「これから寒くなるけどお互い頑張りよう」と言って励まし合います。その後、順番に店内を掃除して行き、終わると今度は社長室・会議室・食堂・更衣室・トイレも掃除します。そのうち、社員さんが来て陳列を始めるので、その時に出る箱やダンボールを片付けて行きます。一旦、外に出して後でつぶして重ねていきます。そして、台車に乗せて外に持ち出す時、陳列されているピンや商品に当たらないように気を遣います。又、空き箱が溜まらないように、野菜の葉っぱが残らないように、社員さんたちが動きやすいように、と日々心がけています。毎日とても忙しいですが、仕事のリズムにも少し慣れ、仲間と一緒に働く喜びも感じています。

細川雄一郎 会員



### 高齢者福祉サービスの仕事

特別養護老人ホーム寿里苑(小山田)の洗濯業務をさせていただいています。最初は何の知識もなく仕事の内容を覚えるのに必死でしたが、今やっと、周りのことが少し目に入るようになりました。

世間では「今の若い者は…」と耳にすることがありますが、ここ寿里苑で高齢者の方々をお世話して下さっている方々は、若いイケメンの男の人たちが多く、気立ての優しい人たちがばかりなので、頭が下がります。又、外国から来ている人たちも、気持ちが良い方ばかりで、「見習わなければ…」と反省しています。皆様方の助けを頂いて、日々、充実した気持ちでお仕事をさせて頂いています。ありがとうございます。

吉田敏子 会員



### 手づくり工房アン

「月1回の手芸講座が、たのしみやねん！」今年に入ってから毎回参加されている方のお話し。

なんと80歳まで現役でお仕事されていたとか！「定年になって何か始めたいな～」と探しておられたときに、この講座のチラシを見たとの事。「60の手習い」は昔から言われていますが、今や「人生100年時代の到来」で、「80の手習い」が普通になるのでは？何かを始めようとするその意欲、初めて出会う人とのコミュニケーション力、「すごいな～」と感動しました。この手づくり工房アンを始めてから2年が過ぎました。参加者も少しずつ増えてきて、手づくりの楽しさや、同じ趣味を持つ人との交流で、楽しい時を過ごしています。新しい体験から得られる好奇心、人との交流、作品が出来上がった時の達成感などを一緒に味わってみませんか。

藤田漸子 会員



### KNS パソコン相互研修会

私達パソコン研修会会員は、パソコンに関する新情報や興味あるテーマについて勉強しながら、センターを通じてパソコン関連のお仕事を手分けしてお受けしています。

インターネットが繋がらない・プリンターの接続ができない等、業者をお願いする程でもないちょっとした不具合、また年賀状を作りたい・パソコンの操作を覚えたい・デジカメで撮った写真を印刷したい・WordやExcelで閲覧板など配布用の資料を作りたい等々、お困りごと・やりたいことがありましたらセンターへお電話頂ければ目的に合った者がお伺いして操作・指導を致します。また男性女性のご希望もお受けいたしております。お気軽にお電話ください。

今村文代 会員



### いけばな教室-花園会-

いけばな教室-花園会-では、和気あいあいと和やかな雰囲気の中で楽しく過ごしています。

「季節の花の名前を憶えられて嬉しいね。」など、お互いに話が弾んで時間が過ぎるのがあつと言う間です。「お花を生けるようになって家の中が明るくなった。」「お花を見ながら玄関を通ると癒されて豊かな気持ちを感じます。」などおっしゃっていただいています。

ぜひ一緒に生け花を楽しみませんか。

野村トシ子 会員



# 保存版

入会のご案内

～ あなたの知識と経験を活かして  
生活を豊かにしてみませんか～

社会に役立ち、健康づくりにも

## 求む！新たな挑戦に意欲的な人

少子高齢化が進む地域社会の多様なニーズに、センターはこれまで十分にお応えできずに来ました。民間が対応できない“すき間の事業領域”が残されています。こうした新たな分野への取組みには、中心になって働いてもらえる会員が欠かせません。「我こそは！」という方を求めます。シルバーでの起業ならリスクは分散でき、軌道に乗れば達成感を味わっていただけます。

### 進めたいこと / チャレンジしたいこと

#### ボランティア活動等

- 体を動かしながら地域での仲間づくり
- 趣味を共有したい
- 住んでいる町を美しくしたい



～お年寄りの知恵と子ども達の夢をつなぐ～

#### 世代間交流と伝承

- 子ども達と遊び、作り、楽しむ教室
- 教え合い・学び合いの文化教室



～ご家族、ふるさとと離れて暮らす人に～

#### 守心をお届け

- 高齢・独居世帯の見守り、雑用等
- 子育て・共働き世帯等の家事代行
- 留守宅等の手入れ、清掃等



#### ちょっとした困りごと

- 電球の交換
- お買い物のお手伝い
- 相談事や話し相手
- ちょっとした用事のお手伝い等



## 会員募集中

入会説明会

### ★入会していただけるのは

1. 河内長野市内在住
2. 満60歳以上
3. 健康で働く意欲のある方

★女性大歓迎

### ★入会希望の方は入会説明会へ

- 毎月第2・4水曜日（12月は第2水曜日のみ）
  - 午後1時から（3時間程度）
  - 年会費が必要
- その他詳しくはお問い合わせください

★シルバーの基本理念「自主・自立、共働・共助」

公益社団法人 河内長野市シルバー人材センター

〒586-0041 河内長野市大師町 25-2

TEL：0721-65-0256