

シルバー だより



会員の情報紙

第57号

令和7年5月発行



公益社団法人関市シルバー人材センター
広報部会 事務局 0575-24-5666

シルバー人材センターの基本理念 「 自主・自立、共働・共助 」

今日も元気に“安全就業”

安全・適正就業部会長 渡邊 司

高齢化が進む中、75歳以上の人でも就業する人は増え続け、10年前と比べ、倍増しているとの総務省発表の新聞記事があった。

人手不足による高齢者の役割は大きい。

就業とは、“業務につくこと”と辞書にあった。そこに安全をつける部会がシルバー人材センターにある。様々な業務があり、会員の皆様も多種多様な経歴の上で仕事をしている。

希望する仕事に就いている人もいれば、今迄、経験した事の無い新しい分野に勤しむ人もいる。いろいろの人々との出会いがあり、新しい発見があるところも魅力の一つと捉えている会員もいることは私一人の感覚ではないだろう。しかし、そこにあらゆる危険がつきまとうことも忘れてはならない。

その日の体調を考え、万全の気持ちで事に当たるのはあたり前であるが、どこに落とし穴があるか、一寸先は闇である。

毎年、各分野で事故等が多く見られる。現場の危険箇所、自らの装備等の点検、それらの状況を把握した上での作業はもちろん、出退勤時も十分な注意を払わなければならない。“だろう”運転ではなく、“かも知れない”運転も含めて、常に高い安全意識を持つことも言う迄もない。

自らは大丈夫と頭で考えていても、いつ何時、難が待っているか、少しの油断も許されないが、常に考えて行動し過ぎれば、心身とも疲れるは必定である。そのあたりは永年社会で培われた会員の皆様の知識、経験による力の配分を発揮され、体と相談しながらゆっくり休むことも…。

英気・活力を養うことは、一番大事なポイントなのかも知れない。

改めて、安全就業を考え、健康第一で、自らの仕事に取り組みたいものです。



特集 安全就業

安全は 無理せず 焦らず 油断せず

これは、全国シルバー人材センター事業協会(東京)が定めている令和5年度から7年度の全国統一安全スローガンです。全国のシルバー会員に公募して制定されました。

令和6年度の当センターの事故発生状況は、この「シルバーだより」で毎回報告しているとおり11件の物損事故と8件の傷害事故があり、前年度より事故件数が増えています。全国でみても例年を上回る件数が報告されています。現在手元にある資料によると、令和5年度には就業中の事故が初めて 4,000 件を超えました。中でも、死亡・6か月以上入院の重篤事故の件数は、36 件で、うち就業中の事故は 25 件ありました。その6割が墜落・転落事故でヘルメット未着用が半数以上です。就業途上の事故 11 件の8割が交通事故でした。このように、全国的に事故が増えていることから、当センターも安全就業の推進に力を入れています。

また、事故に対するシルバー保険に加入はしているものの、事故件数の増加とともに保険料も増嵩し、センターと事故を起こした会員の負担する保険免責の金額が大きくなります。保険の加入も難しいセンターも全国には出てきております。令和7年度は「事故ゼロ」を目標に今一度できることから対策をお願いします。

それでは、なぜ事故が減らないのでしょうか？

そこには「慣れ」や「慢心」、「マンネリ化」、「危険予知活動の省略」、「見落とし」などの人為的ミスがあるからです。列記すると

- ① 自分とか自分のセンターには関係ないという意識
- ② マンネリ化、形骸化(形だけやっておけば)
- ③ 慣れや慢心(長年これでやってきた・自分は大丈夫)
- ④ 過信(これぐらいなら・もう少しだから)
- ⑤ 油断(うっかり、ぼんやり)
- ⑥ 近道・省略(人は楽な方へ流れる)
- ⑦ 安全用具の不使用(面倒くさい)
- ⑧ 不安全行動とエラー(うっかりミス)

などです。

安全意識を向上するため、今一度、次のことを実行しましょう。

- ① 事前の十分な現場の下見(断る勇気も)
- ② 就業前ミーティング
- ③ 相互確認、特別の自己確認(指差呼称・30 秒運動)

安全はすべてに優先する 安全無くして就業なし

安全就業は、シルバー事業の根幹をなしています。自分自身が安全を確認し、安全・安心な就業を行うことが重要です。「自分の安全は、自分で守る」という自覚をもって、家を一步出たときから、帰宅するまで安全に心がけ、一人ひとりが安全の基本を守る心構えを持ちましょう。

最後に、健康は安全就業に大きく影響するといわれています。健康管理、体力作りも大変重要です。これからも、健康に十分気を付けて安全就業をお願いいたします。

(参考資料:全シ協永野企画管理部長令和6年度安全就業指導員会議資料)

Smile to Smile ～お知らせ、配分金の明細、仕事情報などを～

当センターでは、インターネットを利用した『Smile to Smile』で各種情報の提供をしています。パソコンやスマートフォンで配分金明細書や仕事情報など素早く受け取ることができます。なお、この4月からは原則として郵便ハガキでの配分金明細書の送付をやめ、Smile to Smileでの個人宛通知にしています。まだ登録をしていない会員さんはこの際登録をしましょう。

3月末現在の登録者は会員の3分の1程度ですが、毎日のように登録についてのお問合せが事務局に届いています。本部事務所やとんてん館では職員により丁寧に手続きや利用の仕方をお教えしています。また、東部・西部事務所への出張もいたしますので、事務局(0575-24-5666)まで連絡をお願いします。



急 募!!

刃物研ぎのできる方、またはやってみたい方

包丁などの刃物を注文に応じて研いでいただける会員さんを募集しています。自分の都合の良い時間に研いでいただくことができます。道具は、前任者から貸していただけるので、大丈夫です。

問い合わせ、希望の申し出は事務局まで。(0575)24-5666

令和7年度 地域班役員名簿

地区名	班名	班長名	副班長名	主な担当地域（自治会名）	人員
安 桜	安桜1	瀬 口 孝 幸		緑町・桜本町・川間町・西仙房・南仙房・北仙房・ 若宮町・西本郷通1～3・辻井戸町・西木戸町・（東仙房）	10
	安桜2	岡 田 久 美 子		本町通・千年町・春日町・日の出町・新町～貴船町通・ 青葉台・柳町～河合町通・力山・一本木町・一ツ山・ 平和通・鍛冶町・月見町・いろは町・朝倉町・宝山・桜木町	11
	安桜3	小 川 紀 子		東福野町・中福野町・西福野町・北福野町・山王通・ 山王通西	13
	安桜4	山 崎 富 士 夫	都 竹 隆 志	稲口・西欠ノ下・清水町・前山町	13
	安桜5	甲 斐 幸 代		山ノ手～元重町通・坂下町・貸上・豎切・安桜台	13
	安桜6	亀 山 清 夫		栄町1～5・森西町	5
旭ヶ丘	旭ヶ丘1	渡 邊 司		吉田町～東町・本郷町・旭ヶ丘1～3・西旭ヶ丘・ 仲町・吉野町	19
	旭ヶ丘2	野 村 久 子		伊勢町～相生町・上利町～大門町・長谷寺町～観音前町・ 新堀町・出来町～大平町・宮地町・関口町	15
	旭ヶ丘3	高 丸 幸 次		西本郷通4～7・円保通・東本郷通	11
	旭ヶ丘4	工 藤 正 志		塔ノ洞・黒屋	7
桜ヶ丘	桜ヶ丘1	松 岡 良 子		豊岡町・天徳町・弥生町・天神町・寿町・春里町	26
	桜ヶ丘2	鶴 飼 は ず 糸	後 藤 は る み	鋳物師屋・桜ヶ丘・神明町・明生町・稲河・宮河町・ 平成通	20
瀬 尻	瀬尻1	足 立 守	古 田 登 喜 男	小瀬・新田・緑ヶ丘・星ヶ丘・小瀬南・池田町・（東仙房）	29
	瀬尻2	平 田 増 夫	助 川 千 鶴 子	池尻	11
広 見	広見	天 野 源 吾		広見	14
倉 知	倉知1	山 田 修	桑 原 満	久郷・熊之段・倉知・下倉知・庄中・巾・段下	20
	倉知2	岩 井 利 之		雄飛ヶ丘・山崎・十六所・赤尾・赤洲・馬場出・居敷町	11
	倉知3	矢 野 修		桐谷・藤谷・向山・四季の台・倉知	15
富 岡	富岡1	猿 渡 富 美 枝	綾 瀬 清 美	東出・平賀・市平賀・東新町・東山・岩下・東野町	34
	富岡2	板 津 昭 典		肥田瀬	16
西 部	西部1	尾 井 田 博		千疋・千疋北・大平台・植野	21
	西部2	梅 村 豊 司		小屋名・赤土坂	20
	西部3	山 口 啓 子		津保川台・虹ヶ丘	23
	西部4	平 岩 寛 一 郎	青 田 重 夫	上白金・下白金・山田・戸田・保明・側島	26
田 原	田原1	太 田 ふ く み		小迫間・西田原・大杉・迫間台・向陽台・東田原・新迫間	33
	田原2			上迫間・迫間	0
	田原3	長 沼 清 美		桜台	21
下有知	下有知1	大 野 啓 二		富士塚・北野町・長保寺・六番地・野町前・富士裏・ 東野町・下井桁・南野町・江南元町・才泉坊・杵ノ戸・ 水ノ輪・西境松町	15
	下有知2	山 田 富 夫		七番地・上井桁・竹林・新竹之内・下山・重竹・ 雇用促進住宅・東重竹	8
	下有知3	後 藤 修	上 野 善 弘	河東・河西・今宮中屋敷・中組中屋敷・中部・中組唐栗・ 上切・唐栗・山吹台・新屋敷・大門・西屋敷・関ノ上・ 東志摩・道東・上屋敷・下屋敷・寺田町・松ヶ洞市営住宅	30

地区名	班名	班長名	副班長名	主な担当地域（自治会名）	人員
富 野	富野1	村 山 和 憲	福 田 修	下志津野・志津野洞・長坂・小坂	12
	富野3			八神上・八神下・上大野・小野・寺前・富野中屋敷・白木野	7
	富野2	安 田 義 秋	亀 山 辰 男	中央・富野本郷・今谷・藤谷・下日立・上日立・坊地・古野・神野・西神野	11
洞 戸	洞戸1	林 慶 一	辻 邦 康	片・市場・大野・黒谷・小坂・飛瀬・通元寺・栗原・小瀬見・高賀・尾倉・阿部・高見・上菅谷・下菅谷	33
板 取	板取1	鈴 木 幸 子	長 屋 さ と み	白谷・老洞・加部・生老・門出南・門出北・松谷・上ヶ瀬・岩本・九蔵・松場・中切・野口・田口・保木口・杉原・杉島・島口・門原	52
武 儀	武儀1	土 屋 信 隆	石 田 三 成	富之保	12
	武儀2	猿 渡 喜 治		中之保	8
	武儀3	打 田 芳 久	福 田 茂 樹	下之保	16
上之保	上之保1	藤 村 文 男	波 多 野 三 和	鳥屋市・行合	15
	上之保2	河 合 嘉 男	長 尾 敏 雄	川合・明ヶ島	17
	上之保3	河 合 武 志	中 西 民 夫	宮脇・船山	24
武芸川	武芸川1	早 川 元 広		八幡・跡部・高野	21
	武芸川2	田 下 恵 司		谷口・平・宇多院・小知野	14
※茶字は新就任					(R7.4.1 現在) 会員数 752

季節の簡単料理 31

「たっぷり野菜しっかり減塩」メニュー

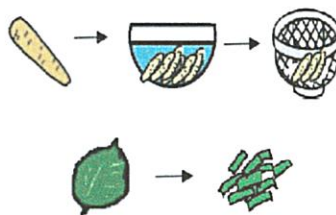
◎主菜:ごぼう入りつくね(4人分)

A	ご ぼ う	2本
	鶏 ひ き 肉	320g
	おろししょうが	小さじ1
	卵	1個
B	サ ラ ダ 油	大さじ1
	減 塩 し ょ う ゆ ※	大さじ1
	砂 糖	小さじ2
	酒	大さじ1
	み り ん	大さじ1
	青 じ そ	2枚
	七 味 唐 辛 子	少々

(ひとり当たり)

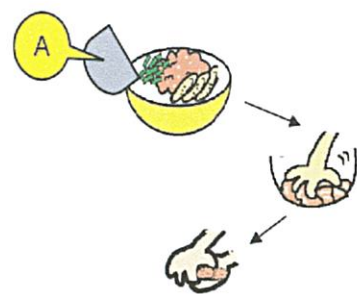
エ ネ ル ギ ー	248kcal
た ん ぱ く 質	17.5g
脂 質	14.0g
炭 水 化 物	15.3g
食 塩 相 当 量	0.6g
野 菜 の 量	83g

① ごぼうは皮をたわしで洗い、縦半分に切ってから斜め薄切りにする。水に3分程度つけて、あくをぬき、水けをしぼる。青じそは、千切りにする。



ごぼうの香ばしさを味わって

② 鶏ひき肉にAと①を加えてよく混ぜる。12等分にして、俵型にまとめる。



③ フライパンにサラダ油を熱し、②を入れて、中火で両面焼き色がつくまで焼く。



④ ③にBを加え、照りが出るまでよく絡める。好みで七味唐辛子をかける。



作成 関市保健センター

暑くなる前から始める熱中症対策

熱中症とは、暑さによって体温が上がり、体内の水分・塩分バランスが崩れたり、体温調節機能が働かなくなってしまうことです。

熱中症の症状

軽度	中等度	重度
○めまい・立ちくらみ ○筋肉痛・こむら返り ○大量の発汗	○頭痛 ○吐き気・嘔吐 ○体がだるい	○高体温 ○意識がない ○全身のけいれん

熱中症かな？と思ったら…

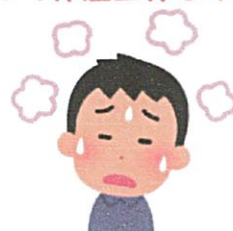
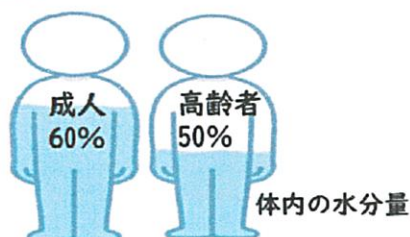
- ①涼しい場所へ移動 ②衣服を脱がせ、体を冷やす ③水分・塩分の補給 ④医療機関へ運ぶ



症状が改善しない
意識がない時は直ちに！

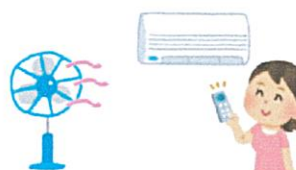
なぜ、高齢者は特に注意が必要なのか？

1. 体内の水分が不足しがち **脱水症**になりやすい！ 2. 暑さやのどの渇きに **気づきにくくなる** 3. 体温調節がうまくできず 熱がたまって **体温上昇しやすい**



予防方法(できているかチェックしてみよう)

□エアコン・扇風機で
室温28℃に調節



□涼しい服装
外出時に日傘や帽子を使用



□暑さに負けない体力づくり
バランスのよい食事・適度な運動



温度計で室内が
暑くなっていないか
確認をしましょう！

□部屋の温度を測る



□こまめな水分・塩分補給



熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラートを見逃さないで！

熱中症警戒アラートは、暑さへの「気づき」を呼びかけるために
熱中症の危険性が極めて高いと予測された時、環境省・気象庁が提供する情報です。

熱中症特別警戒アラートは、気温が特に著しく高くなることで、
熱中症により人の健康に重大な被害がある(暑さ指数35以上になると予想される日)場合に発表されます。

参考資料：熱中症環境保健マニュアル2022(環境省) 熱中症情報予防サイト(環境省) 発行：関市市民健康課(保健センター) 0575-24-0111

第22回市民健康ウォーキング案内

「百年公園南口コース」

春の公園の自然を満喫しよう！

■日時 5月17日(土)

▽午前9時30分集合

▽午前10時出発

▽午前12時頃解散

※雨天中止

■集合場所 岐阜県百年公園

(関市小屋名1966番地)南入口駐車場

■コース 集合場所～公園内～集合場所

約4.0キロメートル

■定員 50人

■参加費 無料

■持ち物 飲み物、タオル、軍手など

■特典 岐阜県健康・スポーツ事業対象
(右上囲み参照)5ポイント付与

■協力 岐阜県百年公園

■主催・申込・照会先

本町プラザ とんてん館(0575-24-1311)

(本町二丁目・☎ 24-1311)

スマホでも手軽に参加できる！



スマホアプリ「スポーツタウン WALKER」をダウンロード



iPhone



Android

アプリ参加の場合、ウォーキングの歩数に応じてポイントがお得に貯まります。ポイント管理も簡単！



第11回市民健康づくり出前講座開催しました

第11回目を迎えたこの講座を去る1月30日(木)に開催し、27名の参加者がありました。今回の講座は、関市スポーツ推進委員会(会長大野 輝美さん)による「身体測定」でした。

同委員会会長ほか5名のメンバーの指導の下、握力、上体起こし、10m障害物歩行など6項目の測定を行い、各自体力の現状を知る良い機会となりました。参加者の多くは自分の体力が落ちていることや、日頃の運動の少なさを再認識したと感想を述べていました。自分の現状の体力を知り、無理をしない生活を送り、ケガ等の防止を心がけ健康に日々を過ごしたいですね。

(女性就業委員会)



事務局だより

令和6年度受託事業実績			
	年度目標	実績	対目標
会員数	800名	758名	95%
受注件数	2,150件	1,957件	91%
受注金額	178,450千円	177,087千円	99%
就業延人員	35,000人日	34,129人日	98%
令和6年度の派遣事業実績			
受注件数	契約金額	就業延べ人員	
227件	203,935千円	35,966人日	

令和7年度定時総会

日時:令和7年6月3日(火)

午後1時30分から

場所:わかくさ・プラザ多目的ホール

関市若草通2丁目1番地

今年度も会員の皆さんに出席いただきますよう案内いたします。

安全は 無理せず
焦らず 油断せず

全国統一安全就業
スローガン

就業中の事故発生状況【本人傷害・物損事故】

(10月～3月)

発生年月日	性別	事故内容
10月8日	女	企業のトイレ清掃に向かう途中で、通路に置いてあったプラスチックの箱に躓き転倒して腰部と臀部を打撲した。
10月9日	男	草刈り作業中、駐車中のトラックに石が飛び運転席側のドアガラスを損傷させた。
10月10日	女	体育館の玄関の清掃中、足マットに躓き転倒して腰部と臀部を打撲した。
10月10日	男	草刈り作業中、通行中の軽自動車に石が飛び運転席側のドアガラスを損傷させた。
10月17日	男	展覧会の作品を飾り付けるため、キャスター付きのテーブルに乗って作業中誤って転落して頭部を打撲した。
10月20日	男	水路沿いの草刈り作業中、バランスを崩し水路に転落して左足踵を骨折した。
11月16日	男	草刈り作業中、付近に設置してあった火災報知機等の配線管に誤って接触し配線を切断してしまった。
11月21日	女	広報仕分け作業中、カートを移動させようと力を入れたところカートが必要以上に動き転倒して腰部と臀部を打撲した。
12月3日	男	草刈り作業中、通行中の軽トラックに石が飛びフロントガラスを損傷させた。
12月13日	男	木の伐採作業中、切り倒した木が隣接した家の屋根に倒れ瓦が損傷し屋根を痛めた。
12月11日	女	保育補助業務中、5～6人位の園児に纏わり付かれ前のめりに転倒し右腰と右肩を打撲した。
1月16日	男	軽トラックの荷台から雪を捨てる作業中、雪を捨てた後に再度荷台の上に登ろうとしたとき足を踏み外して転倒し右足を受傷した。
3月14日	男	草刈り作業中、通行中の軽自動車に石が飛びフロントガラスを損傷させた。
3月17日	男	草刈り作業中、通行中の普通自動車に石が飛びフロントガラスを損傷させた。