

# いきいき人生



2025年

8月号

vol.250

## 公益社団法人大田区シルバー人材センター

〒144-0055 大田区仲六郷1-6-9-125  
TEL.03-3739-6666 FAX.03-3734-0722  
E-mail.ota@sjc.ne.jp  
<https://www.ota-sjc.or.jp>



会員数 3,076名  
男 1,745名  
女 1,331名  
2025/6/30時点

## 第76回 定時総会が開催されました

6月24日(火)、大田区民ホール・アブリコ大ホールにて第76回定時総会が開催されました。大越会長の挨拶に続き、名誉会長である鈴木区長他ご来賓の方々よりご挨拶をいただきました。引き続き15年表彰会員8名、10年表彰会員12名、感謝状贈呈会員56名(5年感謝状53名、退任役員感謝状3名)が紹介され、代表者に表彰状が授与されました。また、安全標語優秀賞の作者2名が表彰されました。

総会は、会員総数3,091名のうち当日出席者228名と委任状・議決権行使書の提出者2,206名、計2,434名で定足数に達しました。

開会宣言のあと、大越会長が議長に選出され、定時総会が開始されました。冒頭に藤田監事より令和6年度監査報告が行われ、続いて理事選任他の議案説明があり、すべての議案が原案どおり可決されました。



▲大越会長の挨拶



▲会場全景



▲選任された理事紹介

## 大越会長の挨拶

私が会長になりましてから、この2年の間に区内多数の個所で会員の方々の会合や活動に参加させていただきました。人生の第二、第三のステージで、「ちょうどよく働こう」というパンフレットのスローガンの通り、皆様方の知識、経験を生かしての就業や各ブロックの環境美化活動、シルバーサロン、ブロック懇談会等々の活動、その他様々な社会奉仕活動などは社会を明るく活発にする地域の宝であると思います。

この度第4次中期計画が作成され、そのスローガンといたしまして「地域を支える、シルバーの力～経験と知恵で、まちを笑顔に

～」を挙げております。これは、凶らずも大田区の将来像「心やすらぎ 未来へはばたく 笑顔のまち 大田区」とも協調しておりまして、共に「笑顔のまち」を目指しております。

第4次中期計画の施策としましては、「会員の拡大」をはじめとして、5項目の基本方針が掲げられております。高齢者が社会との繋がりを保ち、孤立感を感じることなく、意義のあるコミュニティで暮らすことができるように支援するという、私達の進むべき道を掲げました大事な計画です。その目標達成を目指して今後3年間、皆様と共に頑張りたいと思いますので、ご協力をお願いいたします。

## 理事・監事の紹介

(※理事・監事は、規程により無報酬です)



代表理事 会長  
大越 保正



代表理事 副会長  
齋藤 佳代子



常務理事  
青木 重樹



理事(新任)  
一柳 勝



理事  
河合 武郎



理事  
高濱 博彦



理事  
天明 俊郎



理事(新任)  
直井 亨介



外部理事  
有我 孝之



外部理事(新任)  
喜多 慶造



監事(新任)  
佐々木 文雄



外部監事(新任)  
勢古 勝紀

## 表彰状・感謝状を授与された方（五十音順 敬称略）

表彰規程に基づき、センター事業の発展に寄与し、その業績が顕著な会員の方を対象に、表彰状、感謝状が授与されました。なお、令和2年度、令和3年度及び令和4年度の社会奉仕活動実績は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため社会奉仕活動を中止したことから、特別措置として条件から除外しています。

### 15年表彰を受けられた方

令和7年3月31日を基準日として過去15年間毎年就業しており、平成27年度から令和元年度、令和5年度及び令和6年度に社会奉仕活動に各年度1回以上参加された会員8名

石川 八郎	岩井富美江	鎌田 芳郎	田中 宏昌
西村 和明	平賀 健司	平田 松江	涌井 宏



### 10年表彰を受けられた方

令和7年3月31日を基準日として過去10年間毎年就業しており、平成27年度から令和元年度、令和5年度及び令和6年度に社会奉仕活動に各年度1回以上参加された会員12名

青木 成子	安達 信子	足立 正志	一柳 勝
内山美津子	押田 朝子	加藤 欣悟	栗原 弘
高村 正子	仲沢 忠男	鳴島 吉久	渡辺 晴夫



### 感謝状を受けられた方

令和7年3月31日を基準日として過去5年間毎年就業しており、令和5年度及び令和6年度に社会奉仕活動に各年度1回以上参加された会員53名

揚村 長	荒川 信次	石川 達子	市川 弘一	一色みよ子	伊藤 弘一	岩佐 恵子
岩田 伸一	潮田 彬	榎畑 民義	大貫 高義	岡崎 成子	小澤 寿夫	甲斐 正子
柿原 精隆	片岡 昭	加藤 範俊	加藤 誠	國重 始	黒岩 富夫	監物 増夫
小林喜美子	小山 種樹	今 清	齋藤フミ子	佐伯 成正	佐藤 茂美	嶋田美代子
上坊 隆輔	高田 秋枝	高橋 宏	高橋 義男	田中日出夫	千葉富喜子	中條 松美
中田 好恵	野上 米子	橋本 勝彦	樋口 照美	平尾 昭子	平塚亥一郎	平林 勝春
福間 正市	保泉 幸子	前川 宗雄	松浦 邦男	三嶋 剛	村石百合子	村越 純治
山口 道喜	山脇 陽治	湯田 義孝	横山 進			

### 感謝状を受けられた退任役員の方

ブロック役員及び委員会委員を連続2期以上務めて退任された会員3名

菅原 謙一(ブロック役員/大森西)	市川 恒(総務委員会委員)
工藤 公治(総務委員会委員)	

### 安全標語の優秀賞受賞者

応募した安全標語がセンターのスローガン作品に採用された会員とその標語

#### ①東京しごと財団のテーマ〈事故防止のための体力づくり〉

「見つけよう 自分にあった 体力づくり」 作者 新井 博子

#### ②当センターのテーマ〈転倒事故防止〉

「ハットする 心の緩みが 事故のもと」 作者 本間 道郎



## 委員会委員の紹介

◎委員長 ○副委員長 (新) 新任

総務委員会: 8名	広報委員会: 9名	会員開発委員会: 6名	適正・安全委員会: 4名
◎高済 博彦	◎齋藤佳代子(新)	◎直井 亨介	◎一柳 勝
○佐伯 成正	○須藤 信	○戸倉 宣正	○杉本 満則
○天明 俊郎	伊津野忠里	島田むつみ	新井 博子
荒井登喜江	浮田 信行	濱野 治	金丸 武夫
監物 増夫	加藤佐登美	古都 隆(新)	
鈴木伊豆夫	加藤 誠	渡辺 晴夫	
鈴木 昌子	鎌田 芳郎		
船橋 進	栗原 弘		
	鈴木 敏和(新)		(令和7年6月末日時点)

## 安全コーナー 「台風や豪雨災害への備えをしよう!」

災害対策には、自分や家族で備える「自助」、地域や近隣住民同士で助け合う「共助」、行政機関や消防、警察などが支援を行う「公助」の三つがあります。ここでは事前準備、災害が近づいてきた際の行動について述べます。

### 1. 事前準備

- ①ハザードマップの確認：お住まいの地域のハザードマップを確認し、浸水や土砂災害のリスク、避難場所や避難経路を把握しておきましょう。
- ②非常用持ち出し品の準備：非常食、飲料水、懐中電灯、携帯ラジオ、救急セットなど、避難時に必要なものをリュックなどにまとめておきましょう。
- ③家具の固定：家具が転倒しないように、固定金具などで固定しましょう。
- ④側溝や排水溝の清掃：雨水がスムーズに流れるように、側溝や排水溝の清掃をしておきましょう。
- ⑤家の周りの整理：強風で飛ばされそうなものは、屋内への移動や、しっかりと固定したりしましょう。
- ⑥情報収集手段の確保：テレビ、ラジオ、インターネットなどで、気象情報や避難情報を入手できるようにしておきましょう。
- ⑦家族との連絡手段の確認：災害時に家族と連絡が取れるように、安否確認の方法や連絡先を共有しておきましょう。

### 2. 災害が近づいてきた際の行動

- ①気象情報の確認：最新の気象情報を確認し、警戒レベルや避難情報を把握しましょう。
- ②早めの避難：避難指示や勧告が出たら、早めに避難しましょう。
- ③避難経路の確認：避難経路を確認し、安全な場所へ避難しましょう。

- ④浸水対策：浸水が予想される場合は、土のうや止水板などで浸水対策を行いましょう。
- ⑤停電対策：停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオ、モバイルバッテリーなどを準備しておきましょう。
- ⑥安全確保：外出は控え、安全な場所で過ごしましょう。
- ⑦情報共有：周囲の人と協力し、情報共有や安否確認を行いましょう。



### 3. その他

- ①保険の確認：火災保険や地震保険の内容を確認し、水害による被害が補償されるか確認しておきましょう。
- ②地域の防災訓練への参加：地域の防災訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておきましょう。
- ③日頃からの心がけ：日頃から防災意識を高め、家族や地域と協力して防災に取り組みましょう。

これらの備えを行うことで、台風や豪雨災害による被害を最小限に抑えることができます。

適正・安全委員会

## 大田区からのお知らせ

### 夏・健康の目標(フレイル予防編)

フレイルとは、体力・気力・認知機能など、からだやこころの機能が低下して要介護に陥る危険性が高まっている状態のことです。フレイル予防には「運動・栄養・社会参加」が重要です。

暑さに気をつけて、毎日を活動的に過ごしましょう！

#### ●運動

- ・散歩・ウォーキングは涼しい時間に
- ・家の中でも意識して体を沢山動かそう

#### ●栄養

- ・いつもの食事にたんぱく質(肉・魚・卵・牛乳・大豆製品)を追加し夏バテ防止
- ・夏野菜や果物でビタミン・ミネラルも積極的に

#### ●社会参加

- ・グループ活動ではエアコンを上手に活用しよう
- ・電話やメールも活用して家族や友人と交流しよう

#### ●熱中症予防

- ・家事や仕事の合間にこまめな水分補給を(1時間ごとにコップ1杯程度)
- ・吸湿性・通気性に優れた衣服で過ごそう
- ・寒暖差による体温や血圧の急な変動に注意

問合せ先: 高齢福祉課 電話03-5744-1624

### 清掃基礎、マンション清掃・安全研修のご案内

清掃業務は、当センターへのご依頼が多いお仕事の一つです。

清掃業務に関心はあるけど、未経験のため二の足を踏んでいる方もいらっしゃると思います。そんな方向けに、清掃の基本を重視した「清掃基礎研修」と、マンション清掃に特化した「マンション清掃研修」を開催しています。研修に参加して、お仕事を始めるきっかけ作りをしてみませんか。

希望される方には職員による就業相談会・就業マッチングも行っており、多くの会員が研修に参加後、清掃のお仕事を始めています。なお、経験者や現在清掃のお仕事をしている会員が基本を振り返るための参加も大歓迎です。

次回第3回の日程は、以下の通りです。

#### <清掃基礎・安全研修>

日 時: 9月24日(水) 13時30分～16時

場 所: 蓮沼分室 1階会議室

#### <マンション清掃・安全研修>

日 時: 9月30日(火) 13時30分～16時

場 所: 蓮沼分室 1階会議室

申込先: 事業部 03-3739-6666



### 「未就業相談会」のお知らせ

当センターでは未就業相談会を3か月に1回実施しています。会員一人ひとりの要望を伺い、ご本人に合った就業やその他の活動機会等を提案する相談会です。資格・経験・技術を活かした就業を希望する方もお話を聞かせください。直近開催分の詳細は下記の通りです。



対 象: 申込み時点で未就業の会員

開 催 日: 8月20日(水)

場 所: センター本部 作業室

相談時間: 一人30分程度

申込方法: 電話でご予約ください。  
空きがある時間をご案内します。

問合せ先・申込先: 事務局 03-3739-6666

### 身だしなみセミナー開催のお知らせ

お客様と関わる時、「身だしなみ」などの第一印象はとても大事です。下記の日程で「身だしなみセミナー」を実施いたしますので是非ご参加ください。

日 時: 9月2日(火) 10時～12時終了予定

場 所: 消費者生活センター 大集会室

申込方法: いきいき人生8月号に同封されている申込チラシに会員番号・氏名・電話番号をご記入のうえ、本部に郵送、FAX又はご持参ください。  
※申込多数の場合は、抽選方式を取らせていただきます。悪しからずご容赦下さい。

問合せ先: 事業部 安田 03-3739-6666

### 健康診断で、未来の自分を守りましょう

令和6年度に会員の皆様を対象に実施した「健康診断受診状況調査」では、調査時点で大田区の特定健康診査や病院での健康診断を「受診済み」または「受診予定」と回答された方は、全体の約58%でした。

健康でいきいきとした毎日を送るためには、まず自分の身体の状態を知ることが大切です。

これを機に、ぜひ積極的に健康診査を受けましょう。



#### 大田区の特定健康診査等のご案内

実施期間: 毎年6月から翌年3月まで

対 象 者: ・40歳以上の国民健康保険加入者  
: 特定健康診査  
・後期高齢者医療制度加入者  
: 長寿健康診査

費 用: 無料

受 診 票: 対象の方には受診票が送付されていますのでご確認ください

### 配分金の支払日

7月分 8月29日(金)

※就業報告書は、就業が終わり次第速やかにご提出ください。