

いきいき人生



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 3,047名
男 1,736名
女 1,311名
2025/12/31時点

シルバー人材センター事業 普及啓発特集

【発注事業者紹介】 医療法人横浜未来ヘルスケアシステム 大田池上病院



はホテルではないかと見紛う、正に病院のコンシェルジュとしての対応ぶりでした。

今回は総務課の堂前係長と加藤副主任にお話を伺いました。

「当院は職種に関係なく風通しの良い職場環境が特徴であり、約260名（非常勤含む）が勤務し、子育て中の職員も働いています。シルバーさんから派遣で来ていただいている皆さんは頼りがいがあり素晴らしい。働くエネルギーもすごく、皆大変喜んでます」とのこと。

勤務を始めて2年半になる池上さんは、「『目配り、気配り、心配り』をモットーに仕事をしており、患者さんの心情を察知できるようになりました。変化のある仕事で生きがいになっています。来院患者さんや、退院される患者さんから感謝の言葉や、お礼を言ってもらえるのがとても嬉しいです」と話していました。



就業中の池上会員

昭和26年大田区池上の地に創立以来74年の歴史を誇る大田池上病院は、地域密着型の病院として“やさしい、わかりやすい”医療を通じて地域社会に貢献してきました。池上本門寺と国道一号線（第二京浜）が近く、桜で有名な呑川に面した絶好のロケーションです。呑川には多くの野鳥も集まります。

大田池上病院は15の診療科と144床の病室を持ち、24時間2科体制の二次救急応需体制を整えています。戸田中央メディカルケアグループ（TMG）に加入、グループの関東1都4県下29病院、120関連施設とともに地域完結医療を目指しています。

本病院には、池上千鶴子さんを含め3名の当センター会員が派遣されています。担当は受付案内業務で、来院者やお見舞いに来られたご家族の案内等、総合的に対応しています。

池上さんは以前、歌舞伎関係の接客をされていたそうで、来院者への物腰、言葉使いが非常に柔らかく、ここ



玄関前にて堂前係長と池上会員

[特集] わがセンターの達人たち

際立った特技・趣味・スポーツ等をライフワークにしている会員を特集します。
このいきいきした生き方が 皆さまの人生になんらかの刺激やヒントになれば幸いです。

サイクリングツアー大好き! 杉本 満則さん(72歳)



電機会社を退職後、2018年にセンターに入会しました。

子どもの頃から大好きな自転車を続け、国内自転車イベントにも積極的に参加、屋久島(100km)、種子島(150km)、佐渡島(210km)、しまなみ海道(70km)、伊豆一周(200km)など完走。多摩川サイクリングロードでも全区間60kmを完走しました。

海外では2018年に世界最大規模のサイクルイベントである、南アフリカ共和国のケープタウン・サイクルツアーに参加、2023年にはハワイのホノルル・センチュリーライド



ホノルルでのゴール

に参加し、100マイルコース(160km)を完走しました。現在、自宅のサイクルトレーナーを使い、アバター(自分の分身)が海外参加者と共に仮想空間で走行するのを楽しんでいます。

また、最近AI利用で作曲をし、皆様から好評をいただき嬉しい限りです。



完走証書

江戸古地図渉猟・地名由来研究 前川 宗雄さん(81歳)



歴史は子どもの頃から興味があり、65歳過ぎくらいから本格的に歴史資料を読み始めました。きっかけは、かつて街歩きのグループに入っていて、時折案内役を務めたからです。坂を歩くことが多かったのですが、雑学を含め興味を引く話をするために、いろいろ調べるきっかけとなりました。主に大田、世田谷、目黒区内の図書館を中心に調べ、港区、川崎市の図書館にも通い、そのメモが今では15冊にもなっています。



現在との比較を記した古地図

シルバーサロンでも発表する機会をいただき「江戸切絵図」、「地名の話」をシリーズとしてお話しし、ファンになってくれる方もいます。うれしいですね、知識も深まります。

普段からテレビで時代物などを観る時は年表を傍らに置き、確認しながら楽しんでいます。



手品・民謡 阿部 隆之さん(79歳)



公共施設のお楽しみ会にて

センター入会が2022年3月、マジック歴は15年。最初は、地元のサークル活動に参加し練習、腕を磨きました。今までの投資額は60万円以上になります。

得意なマジックは「徳利を釣り上げる」、「トランプでカードを当てる」演目です。自分の干支が戌年でもあり、臭いでカードを嗅ぎ当てるなど、話術で盛り上げます。

30分の公演では民謡もやります。津軽民謡が十八番で、「津軽じょんがら節」など東北地方の民謡を歌っています。上着に貼った青森、秋田、岩手、山形などの地図を示しながら、手で北海道を表現して大いに盛り上げております。

何と言ってもお客様が笑顔で喜んでくれることが、とても嬉しいです。お声を掛けていただければいつでも公演に伺いますよ。



「けんこう体操」指導 荒井 登喜江さん(81歳)



学生時代からテニスやバドミントン、モダンダンスを体験、身体を動かすのが大好きでした。

また、6歳から花柳流の日本舞踊を習い、新聞社主催の舞踊コンクールにも挑戦したことがあります。

60歳までセンターの職員でしたが、それ以前から高齢者の体力づくりに興味を持ち、身体の仕組みなど、関連分野の勉強をしていました。『体力づくり指導協会』の指導員資格もいただき、『ヨガ』、『エアロビクス』にもトライしました。

今は、馬込と南馬込のシニアステーション、シルバーサロン、シニアクラブで毎月10回ほど「けんこう体操」の指導をしています。

「けんこう体操」は、シニアの生きる喜びに繋がっていると自ら実感しながら、指導させていただいています。



シニアステーション南馬込にて



第76回大田区野菜と花の品評会&JA東京中央農業感謝まつり

2025年11月16日(日) 大田文化の森

健やかな秋晴れのなか、大田文化の森で開催されました。馬込ブロックが主体となり、周りのブロックも含め18名の会員が、駐輪場の整理と野菜と花の即売会の行列整理にあたりました。

広場では、開始1時間前より100人以上の長い行列ができ、30分で完売するほど大盛況でした。また、キッチンカー、模擬店、商品販売、はねぴよんなどの撮影会もあり広場は賑わいました。

午後は、5階多目的室での品評会のあと出品物の即売会があり、これにも多数の行列ができました。一人3点の買い物に

限定され、会員が会場と行列の整理に奮闘しました。

会員の丁寧な対応に対し、来場者から、「ご親切にありがとう」とのねぎらいの声をいただきました。



広場での大賑わいの即売場



野菜と花の即売場行列の整理



ボランティア会員の皆さん

安全コーナー

『ヒヤリハットを生かそう』

「チリも積もれば山となる」～ヒヤリハット体験はセンターに報告しましょう～

ヒヤリハットは、重大な事故に直結する一歩前の出来事を指します。思いがけない出来事に「ヒヤリ」としたり、事故寸前のミスに「ハット」したりすることがヒヤリハットの名称の由来です。

私たちの日常生活や作業中に時々体験する出来事ですが、軽傷で済んだと放置しておくくと重大事故(死亡・重傷)につながる可能性があります。

例えば

- ①高さ1.5mの折りたたみ脚立の中段ステップで庭木剪定作業中、脚立がぐらつき倒れそうになったので、中段ステップから飛び降りた時に転び、足のすね部に擦過傷を負った(脚立の足の置き場が不安定)
- ②歩道のごみ拾い清掃の時、身を乗り出して車道のごみをトングでつかんだ。その時、オートバイが走ってきて作業帽子が飛ばされた(車道のごみは対象外作業)

ヒヤリハットの重要性は「ハインリッヒの法則」を知ることによって理解を深めることができます。この法則は一般的に現場作業における「事故防止等のバイブル」の一つとして利用されています。

〈ハインリッヒの法則〉



この法則は、米国の損害保険会社に勤めていたハインリッヒ氏が5千件以上の事故の調査を経て掌握した労働災害における経験則で【1:29:300の法則】とも呼ばれています。解説すれば「1件の重大事故の背後には29件の軽微な事故があり、さらにその背後には300件の異常が存在する」という経験則で、300件がヒヤリハットに相当します。つまり、ヒヤリハットは単なる「異常」ではなく、その数が多くなれば重大事故につながる危険性を示しています。

「ヒヤリハットで済んだ。事故にならなくてひと安心」で終わらせずに、組織に報告することが大切です。報告しなければ、誰かが重大事故に遭遇してしまうかもしれません。ヒヤリハットを軽視せず、必ずセンターの担当者に書面(任意)にて報告をお願いします。

適正・安全委員会

大田区からのお知らせ

口から始める健康講座

いつまでもおいしく食べるためには、日頃のオーラルフレイル予防が大切です。この講座では、歯科衛生士による「口の機能低下予防」や「誤えん性肺炎^{ごごえんせい}予防」についての話と運動指導士による口腔機能低下予防につながる体操を行います。

対象

区内在住の65歳以上の方

日時・開催会場

区報やホームページでご案内します。

詳しくは下記地域福祉課へお問合せください。

問合せ先

大森地域福祉課	電話03-5764-0658
調布地域福祉課	電話03-3726-6031
蒲田地域福祉課	電話03-5713-1508
糎谷・羽田地域福祉課	電話03-3741-6525



「未就業相談会」のお知らせ

今年度も、未就業相談会を3カ月に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てください。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：2月16日(月)

相談時間：一人30分程度

場所：センター本部 作業室

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



今後の配分金の支払日

1月分

2月27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。
※令和8年4月から、配分金明細書の送付が廃止となります。
廃止後は、会員専用WEBサイト「Smile to Smile」にてご確認ください。

ボランティアの募集

東京マラソン ランナー応援イベント TOKYO CHEER 2026

長時間の立ち仕事になります。(1時間に10分の休憩)

日時：3月1日(日)10時~13時30分

従事場所：富岡八幡宮前(都営大江戸線「門前仲町駅」5番出口から徒歩約6分)

活動内容：イベント観客案内及び雨天時対応補助

交通費相当額：1,000円を4月末に支給します。

応募要領：2月12日(木)締切
電話のみで受付03-3739-6666

募集人数：6名(応募者多数の時は抽選になります)

案内通知：当選の方のみに2月20日までに通知します。

『かこサロ』開催のお知らせ

家事援助サービス・子育て支援サービスに就業している会員の交流場所です。

みなさん1人就業なので、就業中の悩みやお客様への対応、他の会員さんはどうしているのかな?など、同じ就業の仲間同士お話ししませんか?

会員コーディネーターも参加します。ぜひご参加ください。



日時：2月25日(水)13時30分~15時30分

場所：蓮沼分室
(西蒲田3-19-1ふれあいはすめま1階会議室)

申込先：蒲田分室 03-6715-9855

「適正就業ガイドライン」について

適正就業ガイドラインは、「請負・委任」「派遣」の働き方の違いなど、シルバー人材センターで働く高齢者の適正な就業を確保するために、留意すべきポイントがまとめられています。

センターのホームページ下部にあるバナーから確認できますのでぜひご確認ください。



ホームページのバナー



ガイドラインは、
こちらからも確認できます。

2/24(火)~27(金) 3/12(木)~19(木) 大田区役所本庁舎 1階 「大田区シルバー人材センター パネル展」を開催します!

大田区役所本庁舎(蒲田5-13-14)1階でパネル展を開催します。

就業等、センターの活動を紹介するパネル展示を予定しています。ぜひ、お立ち寄りください。

