



# もりや

## シルバーだより

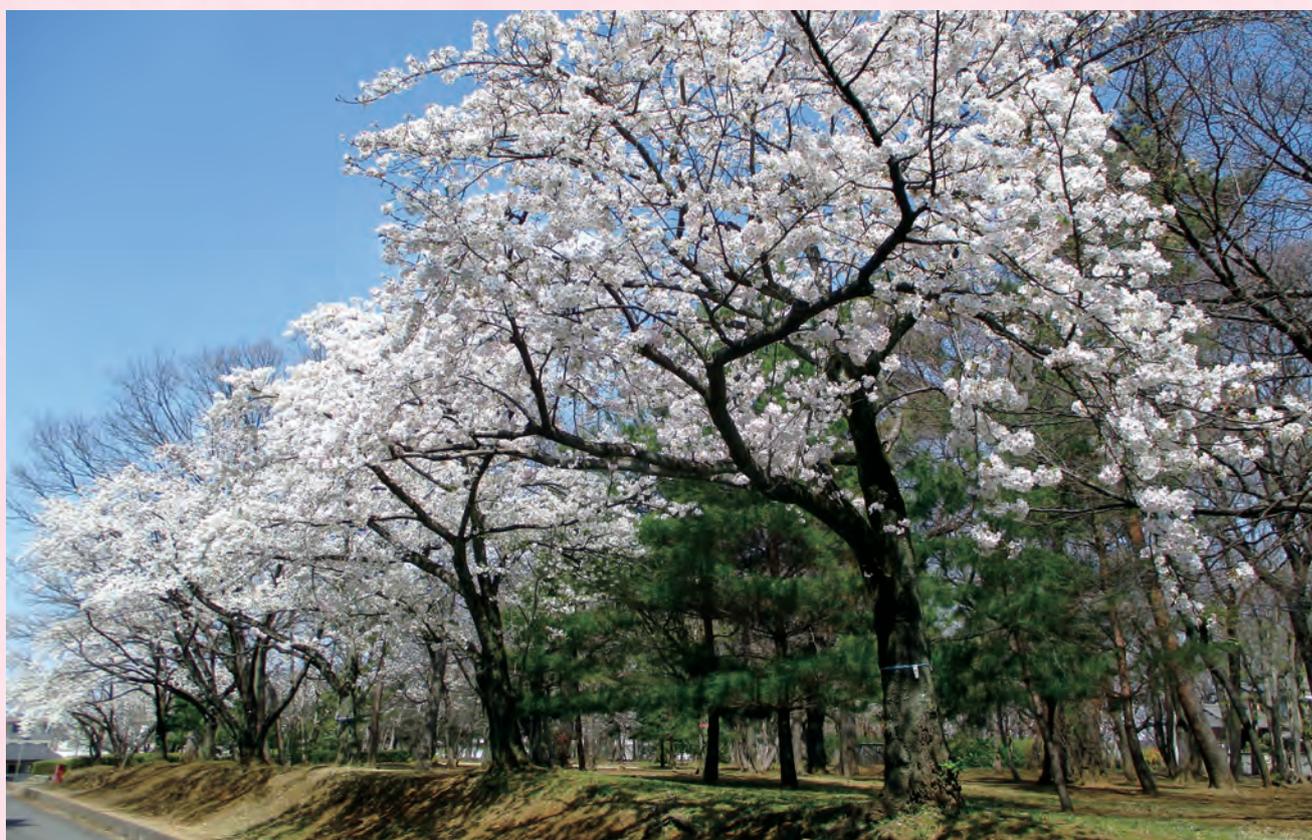
128号

2024年4月  
(令和6年)

### 安全就業標語

シルバーに 安全に 優るものはなし

みずき野班  
長野克広会員



土塔森林公園（中央公民館の前）の桜

### 会員の皆さま

## 令和6年度定時総会について

日時： 令和6年6月25日（火）午前10時開会

場所： 守谷市役所1階大会議室

定時総会は当センターの最高の意思決定機関で、会員のための大切な会議です。  
是非とも出席をお願いいたします。開催通知書と議案書は6月上旬にお届けします。

◆総会に欠席される会員は必ず委任状の提出をお願いいたします。



### 公益社団法人 守谷市シルバー人材センター

〒302-0109 茨城県守谷市本町 622-2 TEL：0297-48-8591 FAX：0297-48-8965

Eメール：moriya-sc@tenor.ocn.ne.jp URL：http://www.moriya-sc.or.jp

発行：広報編集委員会 令和6年4月19日発行

守谷シルバー

検索



北守谷公民館全景

# お 仕 事 紹 介

## 私たちは北守谷公民館での 仕事でがんばっています



公共施設予約システム



鍵とチェックシートの引渡し



調理室のスイッチ確認作業

当センターでは4か所の公民館で施設管理業務を担当しています。今号では北守谷公民館を訪ね、就業会員から仕事の内容などを聴きました。

### 《仕事の内容はどんなこと?》

仕事は市内外の活動サークルに対する会議室・調理室等の部屋の貸出業務です。具体的には部屋の予約確認、貸出当日の受付と鍵やチェックシートの引渡し、利用後の部屋の整理整頓、施錠等です。また、館内外の巡回や利用者とのコミュニケーションも大切な仕事です。

### 《仕事をする上で大変なことは?》

部屋の予約・変更手続きは昨年よりスマホやパソコンによる公共施設予約システムが導入されました。このシステムは利用者自身が予約を行うため、電話や窓口での予約受付業務がなくなり、利用者和我々双方にとり非常に便利になりました。

一方で、予約の変更や取消等の手続きでは、その操作手順に慣れるまで多少の時間が必要でした。

### 《仕事をしていて楽しいことは?》

公民館の利用者の方々と同顔見知りになり、笑顔や挨拶、そして、会話も交わせるようになることですね。

また、いつも楽しそうにサークル活動をされている皆さんから元気をもらえることでしょうか。

さらに「北守谷公民館が気に入っています」と言ってくださる方もおられ、そう言われるとうれしくなります。



サークルの方々をはじめ、人とのふれあいを大切に明るく元気に努めたいと思います

笑顔でお待ちしております!

利用者の皆さんはいつも明るくお元気です

和やかな雰囲気の中で働いています

来場者に案内・説明（地域ふれあいまつりにて）

左から木村会員・平井会員・荒巻会員・赤穂会員

### \*\*\*取材を終えて\*\*\*

公民館の施設管理は利用者の皆さんと直接ふれあう仕事で、シルバー就業会員も生きがいを持って取り組んでいます。2月下旬再訪問したとき、ちょうど「地域ふれあいまつり」が開催されて大変な賑わいでしたが、いつも以上に気配りをしながら就業していました。

直井館長、職員の高橋さん、シルバー就業会員の皆さん、取材協力ありがとうございました。

## 安全就業コーナー

### ★★★安全就業標語の募集について★★★

会員の皆さまから、安全就業標語を募集いたします。  
 下記要領に従って、奮って応募願います。選考された作品はシルバーだより表紙の「安全就業標語」欄に掲載されます。

作品内容：当センター会員の安全就業において、その意識の高揚を図り、また、就業中や就業途上の事故防止に寄与する内容のものであること。

応募要件：① 応募作品は自作かつ未発表のものであること。  
 ② 選考された作品は一部修正して使用することがある。  
 ③ 選考された作品の著作権、その他のすべての権利は、公益社団法人守谷市シルバー人材センターに帰属する。

応募用紙：本誌添付の折り込みチラシの応募用紙に  
 ① 提出月日、②会員名、③住所・電話番号、  
 ④安全就業標語（1人3点まで応募可）を記入し、事務所の郵便受けに入れてください。  
 EメールまたはFAXでの応募も可です。

応募先：当センター事務局  
 TEL：0297-48-8591  
 FAX：0297-48-8965  
 Eメール（事務局）：moriya-sjc-watanabe@iris.ocn.ne.jp



締め切り：令和6年5月20日(月)(必着)

入賞者の発表等

標語選考委員会において、厳正な審査を行い、優秀賞1名、優良賞2名及び佳作2名を選考いたします。入賞者には賞状及び粗品を贈呈します。

発表は、令和6年7月下旬発行予定のもりやシルバーだより129号の誌上で行います。

なお、入賞者へは別途表彰式日時をお知らせします。

## 植栽機材メンテナンス講習会を開催

3月13日（水）JA茨城みなみ農機センターより講師を迎え、植栽就業会員を対象の植栽機材メンテナンス講習会が開催されました。

今回は講師から刈払い機とハンドチェーンソーの取扱い上の最重要事項を中心に説明を受けました。参加者は19名、講習内容を念頭に安全就業に新たな決意をしました。



## 安全就業対策講習会に参加して

3月18日（月）午後、（公社）茨城県シルバー人材センター連合会主催の令和5年度安全就業対策講習会（水戸市）に参加しました。

参加者は県内 SC 安全対策関係者合計 168 名（うち当センターは渡部・田路・藤井・滝沢の4名）、内容は、刈払機の飛び石事故防止で、安全基準の事例やハサミ式刈払機の導入の紹介がありました。



## 会員のひろば

### 私の健康維持はジョギングから

みずき野班 新保知博会員

**小 誌：** いつ頃からジョギングをやっていますか？ また、きっかけは？

新保会員：24～25年前ぐらいからと思います。

きっかけは学生の頃陸上競技をやっていて親しみがあつたことと年齢とともに血圧が上がり始めたため有酸素運動が良いと聞いて始めました。また、用具が不要なこと、一人で好きな時に好きな場所で行える手軽さも理由でした。

**小 誌：** コースはありますか、週どのくらいの頻度で走っていますか？

新保会員：家の周辺一周約 3kmのコースを 2 周弱走っています。ただ、5km 以上は走らない。息がはずまない速さを厳守！ などオーバーワークにならないよう十分注意しています。頻度は週 3～4 日でしょうか。

**小 誌：** どうですか？ジョギングを始める前の自分と長年ジョギングをしてきた後、体調というか？どんな影響を感じましたか？

新保会員：確かに脈拍数の減少、降圧効果を実感しています。理由としては肥満の抑制、血流還流機能向上、血管内一酸化窒素の活性化、交感神経の亢進抑制、善玉コレステロールの増加、昇圧分泌物の抑制等いくつかあるといわれています。

**小 誌：** 健康維持はやはりジョギングが一番でしょうか？

新保会員：人によるとと思います。高齢になるとどうしてもその人固有の疾患もでてきます。主治医をお持ちの方はよく相談されてから始めることをお勧めします。



走り終わり  
ひと休み

**小 誌：** 本日は、有益なお話をありがとうございました。これからもジョギングを通じて健康で充実した毎日を送ってください。また、お仕事・ボランティアでもご活躍されますようお願いしています。ありがとうございました。



マイペースで走る新保さん



親睦会だより

守谷シルバーゴルフクラブからのサークルだより

令和5年度3月例会 ゴルフコンペ報告

守谷シルバーゴルフクラブは早春の3月15日(金)、ザ・インペリアルCCにおいて、16名の会員の参加を得て、コンペを開催しました。

成績は次の通りでした。

優勝：寺田正三会員(右)  
2位：地引善行会員(左)

今回は、5月21日(火)  
下館GCで開催予定。



\*\*\*親睦会会員の皆さんへ\*\*\*

親睦会は昨年12月16日、日帰りバス旅行(東京名所めぐり~127号 P5 を参照)を実施したところ、大変好評で一部の参加会員から丁寧な礼状まで頂きました。

本年度も楽しいイベントを実施したいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。



昨年12月の日帰りバス旅行(寿司ざんまい前)

事務局だより

◆事務局の人事異動

入局： 田路雅人[業務]

令和5年12月1日付  
よろしくお願いいたします。



藤井 豊[業務]

令和6年1月15日付  
よろしくお願いいたします。



退職： 小林健一[業務]

令和5年12月31日付  
長い間ありがとうございました

伊藤孝男[業務]

令和6年3月31日付  
長い間ありがとうございました



作業日報提出時の注意事項等について

作業日報提出時の注意事項	作業日報は就業先への請求書および配分金計算のもととなる非常に重要な報告書です。 ① 就業先、会員番号、氏名、日数、時間数は忘れずに、正確に確認してください。 ② 就業先の作業日報締日の翌日に事務局に持参願います。	
年会費の支払い	6月支払いの配分金においては、当センター年会費1,200円と親睦会年会費300円の合計1,500円が控除されます。また、6月に配分金の支払いがなかった会員(未就業者)につきましては、会費の控除ができませんので、1,500円を事務局までご持参願います。	
就業先締日の種類	配分金の支払日の前月の10日、15日、20日、25日、月末日等、就業先により異なります。	
配分金の振込日	配分金の振込日は、原則として毎月15日です。ただし、1月と5月は17日です。(配分金規程による)	振込日が土・日・祝日の場合は、順次繰り下げた平日になります。
派遣給与振込日	派遣の給与振込日は毎月15日です。	

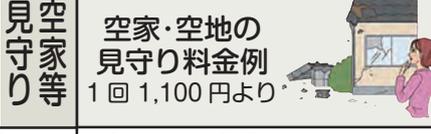
# シルバーちょこっと仕事人

蛍光灯の交換、荷物の移動、掃除、草刈りなどが、自分で出来ない  
しかし専門業者をお願いするほどでもない、だけど頼める人がいないなど  
小さなお困りごとがありましたらお気軽にご相談ください。  
お役に立てる『シルバーちょこっと仕事人』がお伺いします。

**(公社)守谷市シルバー人材センター ☎0297-48-8591**

【11版】 No221001

## 作業内容 (料金は事務費・税込みの目安です。材料費等はお客様負担となります。)

修理・ 工作	 ウッドデッキ補修の料金例 1人1時間 2,200円より	本棚・組立家具等の組立て	玄関前のコンクリ階段増設	
		フローリング床への張替え	物置の壁板修理・屋根波板交換	
		グリーンカーテンの取付け	高所カーテンの取付け・取外し	
		花壇のレンガ積み修理	階段・廊下等手すりの取付け	
清掃	 玄関周りの清掃 料金例 1人1時間 1,100円より	絵画等の取付け	ふじ棚の製作	
		ドアの蝶つがいの調整	蛍光灯・電球等の交換	
		すだれ用フックの取付け	住宅用火災警報器の取付け	
		ウッドデッキの解体・補修		
除草等・ 剪定	 庭木の剪定 料金例 1人1時間 1,500円より	段ボールの整理	家周りの枯葉・落葉の清掃	
		網戸の清掃	池の葉の除去	
		家周りの整理	イベント会場の清掃	
		敷地内の側溝清掃		
移動	 粗大ごみの搬出 料金例 (屋内→玄関先) 1人1回 2,200円より	刈払機による草刈り	隣地はみ出しの枝切落し	
		鉢植を地植にする	伐採(太さ20cm以内)	
	見守り 空家等	 空家・空地の 見守り料金例 1回 1,100円より	庭木・花壇の水やり	
			花壇の土づくり	
家具・冷蔵庫等の移動	他	イベント手伝い チラシ配り	 お気軽に ご相談ください。	
お引受け できない 仕事の例	①危険な作業 (フォークリフト等の作業、高木の剪定作業、除草剤作業、ハチの巣除去等) ②高度な仕上げのレンジ・エアコン等の清掃、高度な大工仕事、ベビーシッター等 ③人や荷物の車による運搬 (道路運送法等) ④電気工事 (電気工事業法等) ⑤人や車の交通誘導・警備・監視業務 (警備業法)			

## お仕事を依頼したい皆様へ

- ①公益的な団体です。営利を目的としないので安心して仕事をお任せいただけます。
- ②仕事は基本的に請負又は委任契約ですが、発注者の社員との混在就業や発注者の指揮命令の下で就業する場合は派遣契約になります。(なお、仕事の現場は、原則守谷市内に限ります。)
- ③作業できる会員がいない場合は、お断りすることがあります。
- ④高齢者の就業ですので、危険・有害な仕事はお引き受けしておりません。
- ⑤ご相談、お見積りのうえ、契約を結びますので、お気軽にお電話をお願いします。



公益社団法人  
守谷市シルバー人材センター

お気軽に事務所にお問い合わせください。

TEL 0297-48-8591