

宮代シルバー通信

公益社団法人
 宮代町シルバー人材センター
 埼玉県南埼玉郡宮代町山崎3番地
 TEL0480-37-1353 FAX048037-1951
 ✉ miyashiro-sjc@rondo.ocn.ne.jp
 会員数184名 (男128・女56)



うめ 花言葉：高潔

新年のご挨拶



真砂佳典理事長

能登半島地震や羽田航空機事故などの被害に遭われた方々にはお悔やみを申し上げます。

混沌とした年明けとなりましたが、会員の皆さまは、新たな気持ちで新年をお迎えのことと

存じます。

皆さまのご理解とご協力により、当センターが維持されていることに深く感謝申し上げます。また、宮代町役場をはじめ、多くの企業・団体・個人のおお客様のご協力を得て事業を推進していることにも厚く御礼申し上げます。

会員の高齢化対策や女性会員の拡大など昨年の目標でした。困難な課題ですが今年も女性が働きやすい職場作りによる会員拡大や、新たな事業開拓に取り組みます。また安全適正就業の徹底も引き続き重要な課題であり取り組みを継続します。

長いコロナ禍により全てのイベントが中止となりましたが、今年2月にはようやく恒例だった「日帰りバス旅行」の企画を立てることになりました。多くの皆様の参加により、活気ある宮代町シルバー人材センターを取り戻したいと考えています。

健康に留意され、活力に満ちた一年となることを祈念し新年のご挨拶と致します。



年頭のご挨拶



新井康之町長

新年明けましておめでとうございます。宮代町シルバー人材センターの会員の皆様におかれましては、清々しい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

また、日頃より町政の各般にわたり、ご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。宮代町シルバー人材センターにおかれましては、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現と地域社会において重要な責務を担う団体として、町民の皆様にご信頼され、安定した事業活動を続けて来られました。これはひとえに、会員の皆様をはじめ、関係者の皆様方の熱意とご尽力の賜物であると深く敬意を表します。

少子高齢化が急速に進む今日において、高齢者が生涯現役として社会に参加することが求められています。こうした中、活力ある地域を支える中核的な組織として、宮代町シルバー人材センターへの期待は今後益々高まるものと考えております。町といたしましても、皆様が長年培ってこられた卓越した技能と豊かな経験を活かし、社会を支える一員として更なる活躍をしていただき、日々の生活をいきいきと過ごすことのできる「高齢者が安心して意欲を持って住める町」を目指してまいります。

結びに、会員の皆様のご健康とご多幸並びに宮代町シルバー人材センターの益々のご発展をご祈念申し上げ、新年のあいさつとさせていただきます。

【紙面案内】 1頁 年頭のあいさつ

2頁 令和5年11月理事会報告

3頁 3駅クリーン作戦

4頁 かんたん体力測定・事務局からのお知らせ

令和5年度11月理事会だより

決済事項

1. 配分金単価の改定について

配分金単価検討委員会10/3、10/13に開催。草刈班は参加なし、草取り班は2回目に参加。

宮代は県内平均に比べ低レベルではあるが、最低賃金まで上げて他の金額は数年かけて平均レベルまでは持ち上げていきたい。

令和6年度配分金案は承認された。

2. 会員の入会について

9月10月の入会者5名が承認された。退会者2名であった。

協議事項

1. コンプライアンス委員会（合同部会）開催について

12/15（金）14時～ すてっぷ宮代しいがし

令和6年度方針作成に向けて-
 コンプライアンス：適正就業
 合同部会：専門部会活動進捗状況と来年度の課題→来年度方針の作成につなげる。

2. 理事監事候補者選考委員会について

選考委員は理事会より3名、地域班長より2名を理事会の承認を得て理事長が選任する。

委員の互選により選考委員長を選出する→書面決議により理事会の承認を得る。

選考委員会を12月に開催し、要綱・基準の見直しを行い、地域班会議を経て、候補者の推薦をいただく。

報告事項

1. 役員職務執行状況報告

代表理事・業務執行理事より報告があった。

2. 事業進捗状況9月10月

請負、派遣とも前年上回る状況続く。会員数184名。

3. 干し柿事業の進捗

サークル活動として10名で開始した。R4年度は3千個を加工したが、R5年度は5百個のみ。新しい村、会員向けとして販売予定。



専門部会報告事項

1. 事業部会

10月、11月に部会開催
 センターの仕事内容を記載したPR紙を作成し、町の広報誌に差し込んで全戸配布を行う。
 いきいき埼玉の渡辺相談員の助言を生かし、会員配偶者の参加を呼び掛ける。広く会員を集める試みとして、3月の入会説明会を無印良品の「学び舎」を利用し、女性が参加しやすい場所、時間を設定
 →3/23（土）11時～、14時～を予約。新説明会を広く告知する。広報みやしろ掲載。

2. 安全委員会

トクホン班での安全パトロールを実施→安全対策は良好
 安全のしおりの内容検討→草刈班等の超過労働状況の是正の必要あり（熱中症対策）

3. 総務部会

1. 令和6年度の配分金改定について

2. 職群別単価の根拠を明確化
3. 機械使用料の考え方を整理
4. 個人の能力評価の検討（高技能、新人、高齢者）
5. 会員確保→今期中にチラシを全戸配布する
6. 地域班長会議の開催（12月中）
7. 規程の見直し
地域班の見直し、職群班は次回以降検討
8. チェンソー講習会の人員確認

4. 広報部会

1. 入会説明会
10月2名、11月3名参加
2. 広報みやしろに記事掲載
独自チラシの作成 年4回程度を予定。役場の広報ルートにのせる。車・人の提供
3. スマホ勉強会の開催
10/6・6名参加
4. LINEの活用
仕事の斡旋をLINEで検討
5. シルバー祭の復活検討
6. 3駅クリーン作戦
11/11 50名参加
7. バス旅行の企画
2/27（火）を予定→会員参加者を募集予定
8. シルバー通信
11月発行 次回は新年号
理事会の決定事項を掲載、周知する。

事務局報告

2月、3月の2日間ぐるる宮代でチェンソー講習会開催を企画する。ぐるる班・トクホン班・剪定班で募集。

【学科9時間】

【実技9時間】



3駅クリーン作戦実施

3駅クリーン作戦を終えて

実施：11月11日(土)

9:00～11:00晴れ

参加人数：50名

活動場所：東武動物公園駅

姫宮駅・和戸駅

各駅に集合し周辺のゴミ拾いを行いました。帰宅の際は自宅までの路上のゴミ拾いも行いました。ゴミは各自持ち帰り、町の指定袋に入れ替えて分別して処理しました。

地域社会への貢献・センターのPR・会員間の交流を図るイベントとして、今後も継続して行きたいボランティア活動です。参加者50名の皆様ご協力ありがとうございました。次回も、より大勢の方々の参加をお願いします。

広報部会 森田松穂



東武動物公園駅



姫宮駅



和戸駅





かんたん体力測定



一人でできる、かんたんな測定内容をご紹介します
自分の体力状態を把握してみましょう。

※平均は65歳対象

30秒間飲み込みテスト

口腔機能のチェック！

時間内に唾液が飲み込める回数を数えてみましょう。

平均：6回

★2回以下は誤嚥の危険が高い



30秒椅子から立ち上がりテスト



足を肩幅に開き、椅子に浅く座る。
胸の前で腕を組む。座った姿勢からそのまま立ち上がり、時間内に何回できるかを測定する。

男性平均27回

女性平均27回

★14. 5回以下は転倒のリスクが高い



片足立ちテスト

バランス能力チェック！

男性平均47.1秒

女性平均62.7秒

★5秒以下は転倒のリスクが高い

シルバー公式LINE作成中です！



素早く幅広くお仕事のご紹介を行う為、皆さんお馴染みのLINEをセンターでも利用したいと考えております。公式LINEとグループLINEの違いは、管理者(センター)と個人(会員)の【2者】でトークができる事です。自分が送信するトークは他の方へ表示される事はありません。連絡時間の短縮や記録性の向上にもつながります。

スマホに変えたけれど、あまり使わない方や、お持ちでない方もスマホ勉強会へぜひご参加ください。生活に便利な使い方を無料で習得できます。次回のスマホ勉強会も前回に引き続きLINEを勉強する内容を予定しています。詳細が決まりましたら、ご案内いたします。



事務局からのお知らせ



11月～12月入会者名

- 4班：菊永 澄博さん
- 4班：高玉 みえ子さん
- 10班：平野 静夫さん

お仕事の紹介

- ・仕出し御料理 あき
- ・久喜宮代衛生組合集金業

配分金の支払いについて

- 2月分 3月20日(水)
- 3月分 4月22日(月)
- 4月分 5月20日(月)

編集の小徑

恒例により53号も理事長と町長のご挨拶で始まりました。昨年は年末に大谷選手の契約更新が大ニュースとなり、スポーツ界の記録となる数々の成績が私達にも夢と元気を届けてくれました。想像を超えた契約金額は、町の年間予算の何年分かと考えてしまいましたが、同時に、ふと昨年を表す漢字一文字“税”を思い出してしまいました。余計な心配でしたネ。

本年は辰年、支で唯一空想上の生き物、龍の様に元気で良い年でありますように！ (S)

