

会報 茶の間

12月1日現在会員数

男性 1,413名

女性 624名

計 2,037名

第149号

◆発行(公社)長野シルバー人材センター 〒380-0814 長野市大字鶴賀西鶴賀町1481-1
◇電話026-237-8315 ◇FAX026-237-8317

公益社団法人 長野県シルバー人材センター連合会
令和6年度安全就業標語 最優秀賞

慣れてなお 守る基本が 身を守る

第5班班長 樋口 周平 会員



監 事
事務局

理事長
副理事長
専務理事
理事 総務部会長
理事 事業部会長
理事

皆様のご健康とご多幸を
心よりお祈り申し上げます

酒井 成登
福澤 則之
藤橋 一彦
山岸 文子
松下 正義
松島 正夫
飯田 三みつみ
井出 愛一郎
井藤 三均
近藤 圭愛
清水 利光
玉井 圭子
寺嶋 利光
戸谷 やよい
藤澤 貞行
荒井 恵子
小林 正幸
職員



理事長 酒井 登

明けましておめでとうございます。

昨年は、皆様のご支援とご協力のおかげで、充実した活動を続けることができましたこと、心から感謝申し上げます。地域社会への貢献を目指して、一人ひとりの力が結集された素晴らしい一年となりました。皆様のご活躍が、私たちセンターにとっても誇りであり、地域にとつての大きな力であることを改めて感じています。

さて、新しい年が始まりました。今年も引き続き、皆様にとつて有意義な活動の場を提供できるよう努めてまいります。

近年、シルバー人材センターを取り巻く環境は大きく変化してきています。一昨年から消費税に係るインボイス制度が導入され、センター運営に大きな影響を及ぼしています。

加えて昨年十一月に施行された「フリーランス法」によつて、フリーランスとして働く皆様の権利がさらに強化されることになりました。これにより、適正な契約や待遇が確保され、より安心して働ける環境を整うことが期待されます。当センターとしても、この法改正に基づいて、皆様に必要なサポートを提供し、安心して活動できる場を整えてまいります。

それに伴つて必要となつてくるのが、「デジタル化の推進」です。現代の働き方にお

いて「デジタル化」が進んでいることは、もはや避けて通れない現実です。オンラインでの仕事の依頼や、デジタルツールを使ったコミュニケーション、就業管理など、日々の活動においてもデジタル技術が重要な役割を果たしています。当センターにおいても、皆様がそのデジタル化の波に乗り遅れることなく、今後の就業環境に適切でさるよう、サポートを強化してまいります。そのためにも、日頃からご案内してまいります「スマイルtoスマイル」の登録をぜひお願いします。パソコンやスマートフォンを活用した仕事の進め方や、オンラインでの新たな就業機会の提供など、皆様がデジタルスキルを身につけ、より効率的に活動できるためにも必要なデジタルツールの一つです。

これからの時代、デジタル技術を活用することが、より豊かな生活や仕事の機会を生む鍵となります。皆様が新しい技術に積極的に触れ、学び、活用することができるよう、引き続き支援してまいります。

本年も、新たな挑戦が待ち受けていますが、皆様一人ひとりの豊かな経験と知恵が大きな力となります。変化を恐れず、共に前進してまいります。そして、皆様にとつて素晴らしい一年となりますよう、心から祈り申し上げ、新年のあいさつとさせていただきます。

理事会報告

定例議題・報告事項

- ① 新入会員の承認
- ② 各部会等活動報告
- ③ 契約状況
- ④ 事故報告
- ⑤ 苦情等報告

議案

第4回(6月26日)

地域活動推進委員会委員の選任について
シルバー派遣事業に関する協定書について
理事会招集にかかる開催通知について

第5回(7月24日)

市長・町長等への支援要請について

公益社団法人長野シルバー人材センター
衛生委員会設置規程
について

第6回(9月25日)

令和7年度配分金単
価の設定について

第7回(10月30日)

顧問の選任について

第8回(11月27日)

職員就業規則の一部改正について
育児・介護休業規程の改正について
非常勤職員就業規則の一部改正について
再雇用職員就業規則の一部改正について
職員給与規程の一部改正について
職員等退職手当支給規程の一部改正について





長野市長 荻原 健司
明けましておめでとう
ございます。

長野シルバー人材セン
ターの皆様には、健やかに新年をお迎えの
こととお喜び申し上げます。

去年は、令和6年能登半島地震をはじめ、
全国各地で豪雨などの自然災害が発生し、
また長期化する物価の高騰などにより、市



信濃町長 鈴木 文雄
新年明けましておめで
とうございます。

長野シルバー人材セン
ターの皆様におかれましては、お健やかに
新春をお迎えのこととお喜び申し上げま
す。また、会員各位をはじめ関係の皆様
には、日頃より町政に対し、ご理解とご協力



飯綱町長 峯村 勝盛
新年あけましておめで
とうございます。

会員各位をはじめ関係
の皆様には、お健やかに新春をお迎えのこ
ととお喜び申し上げます。また日頃より町
政に対しまして、ご理解とご協力を賜り心
からお礼申し上げます。

シルバー人材センターの活動は、単に仕

民の皆さまの暮らしや経済活動が大きく影
響を受けた一年でした。

そのような中、本市では、更なる企業立
地の推進を図るための「長野市産業立地ビ
ジョン」の策定のほか、担い手の就労確保
やICT人材の育成への支援など、市内経
済の振興と安定した就労の促進等に取り組
んでまいりました。

本年も、本市が未来に向かって飛躍し、

いただいておりますことに、心から感謝申し
上げます。

長野シルバー人材センターより、多様な
就業機会の提供を通じ、高齢者の方々が健
康で充実した生活を送ることへ、多大なる
ご尽力をいただいておりますことに、心か
ら敬意を表する次第でございます。

そして、会員の皆様には、豊富なご経験

事を提供するだけでなく、高齢者の方々が
生き生きとした生活を送るための支援でも
あります。地域のニーズに応じた多様な仕
事を通じて、社会とのつながりを深め、自
己実現を図る場としての機能も果たしてい
ます。

高齢化が進む中で、シルバー人材セン
ターの役割はますます重要になってきてい
ます。高齢者が安心して働ける環境を整え

暮らしやすいまち、魅力のあるまちとなる
よう、市政を前進させてまいりますので、
引き続き御支援を賜りますようお願い申し
上げます。

結びに、今年一年の皆さまの御多幸と御
健康を心から祈念申し上げます、新年のごあい
さつといたします。

や知識、熟達した技能を活かし、町民の方々
の生活や地域社会を支えていただいております
ことに深く感謝申し上げます。

結びに、長野シルバー人材センターのご
健康とご多幸、更なるご活躍を心からお祈
り申し上げます、謹んで念頭のご挨拶とさせて
いただきます。

ることや、若い世代との交流を促進する取
り組みが一層求められています。これによ
り、地域全体が活性化し、持続可能な社会
を築くことができると信じています。

結びに、長野シルバー人材センターのさらな
るご発展と、会員皆様方のご健康とご多幸、
ますますのご活躍を心からお祈り申し上げ、
謹んで年頭のご挨拶とさせていただきます。



いっぷく

～エンジョイライフ～



加茂小学校の剪定、 草取りについて

第一班 今里 公治

第一班では加茂小学校の剪定、草取りのボランティア活動を毎年行っています。時間は8時30分より11時の2時間半です。毎回1年生と2年生が私たちの取った枝や草の片付けを手伝ってくれます。今年の参加者は例年より少なく6名でした。

10月8日は朝から小雨が降るあいにくの天気でしたが2年生が手伝ってくれて行いました。今年は学校の一部が工事中の為1年生は来ませんでした。学校の隣にアパートがあります。その境の溝につる草が茂り、どちらが掃除をするかの決まりもなく困っていたそうです。つる草を取り、掃除



をした結果びつくりするくらい綺麗になりました。また校舎の北側のもみじが大きくなりあたりが暗くなっています

たので枝切りや伐採をした結果、薄暗かった校舎が明るくなりました。もみじには毛虫のイラガがいました。しば虫とか電気虫とか言われる毒虫です。子供達は虫がいたと喜んでいましたので軍手をするようにして無事作業を終えました。綺麗になった溝



や明るくなつた校舎をみて先生達に大変喜んでいただきました。11時で作業を終了しました。毎回お礼として2年生がお茶の接待をし



てくれます。私達一人ずつは各テーブルに分かれ、5、6人の子供達がついてお茶とお菓子を出してくれました。孫のような可愛くて元気の良い子供達と自己紹介やいろいろな話をして楽しいひと時を過ごしました。帰る時には出口まで来て手を振って送ってくれました。ボランティア活動の交流が子供達の記憶に残って、楽しい思い出となってくれとよいと思います。



健康の秘訣は？

公民館でグランドゴルフを楽しんでいる。仲間と冗談を言い合いながら、刺激を受けながらが良い。
人と会って話すことが好き。(70代位の若い女性とね。)
スコアが5って、あんまり良くないんだ。周りから「今日は5かい？」なんて言われると、「碁はやらない。将棋だ」って返すんだ。
薬は飲んでないよ。タカギっていう医者には掛かっている。



95歳 笠原会員インタビュー
事業課 植木担当 大井職員

高木病院？

大井さん本当の病院じゃないよ(笑)。
酒のスーパーのこと。アルコール消毒だ。

お酒もたしなんでおられる
ようです。

喜び

こうやって仕事ができるのがいいね。

好物は？

漬物が好き。何のときでも漬物があると良い。70代の頃、
お昼ご飯はいつも大盛りを頼んで沢山食べていた。



奥様とは？

玄関の靴が揃ってなかったり、ドアを閉め忘れていたりすると、妻から注意を受ける。「ああそうだったか。もう年だから…忘れちゃう」と静かに返事するんだ。

安全就業
に関して

今は車を運転していない。シニアカーで現場に向かう。大きな道具は仲間から拝借する。
高所作業は控えて、足場を何度も確かめて慎重に作業している。



道具の手入れもきちんとなさるそうです。剪定バサミも切れ味が
良いとお見受けいたしました。

リズムカルなハサミの音が青空の下に響いていました。

今年で植木の剪定を引退なさる笠原会員。平成12年にシルバー人材センターに入会后、植木剪定に就業されて25年。年を重ねるごとにご自身のペースを大切に守りながら、剪定会員仲間とお客様の深いご理解のもとで続けてこられたことに、感謝と敬意を申し上げます。

軽トラキャンピングカー

信濃町 鹿野重喜 会員



手作りのキャンピングカー
見た目もかわいい軽トラックは
車内も工夫がいっぱいです！



愛車に乗ってご夫婦で諏訪湖の花火を見に行ったりして楽しんでいるそうです。

ストレスは万病の元

若槻班長 傳田 勝洋



シルバー人材センター会員の皆さんお元気でお仕事、サークル活動にと活躍されておられますか。会員の皆さん、ストレスは万病の元について紙面とお時間を少しお借りして、私のストレスの発散について申し上げ参考になれば幸いです。

昔からストレスがたまるとそれぞれの判断が出来なく、いろんな病気を発症して精神的に落ち込み、人との会話もいやに、人に会うのもいやになると言われています。そこで、以前精神保健福祉について厚生労働省で研修を受けたことを参考にすればと思います、お話をします。

人間、私もふくめ大なり小なりストレスがあります。そのストレスをいかに発散するかです。そのストレスをだれにも相談できなくかかえこむとうつ病になり、何もかもいやになり最後は自殺を考える重病になります。そのストレスをためないようにするには、人に話したり相談すれば、本人が考えていることにアドバイスをしていただ

令和6年度秋のシルバー奉仕デイ in 飯綱
藤橋局長も参加



皆様、お疲れさまでした。「自主・自立、共働・共助」令和7年度もみんなで健康で楽しく働きましょう！

いたり、話すことで気が楽になります。なんでも気軽に話せる友人・知人を持つことです。
私は、趣味としてアマチュア無線交信で全国の仲間と交信すると何もかも忘れ、夢中でストレスどころではありません。さらにこれまで病気一つしたことがありません。皆さん元気でストレスをためないで、100歳目指しましょう。

嗚呼、浅川除草

機械刈班 坂口 教道



6月下旬急きょ班長会が開かれた。集まったのは6人だけ。雨で除草作業はなかった。議題は浅川除草のみ。大きな決定がなされた。作業開始を7時、終了を12時、5時間労働とした。比較的涼しい早朝より刈り始め、最高気温になる前に帰宅する。頭上でギラギラと照り付ける太陽から解放される。滝となって背中を流れ落ちる汗、パンツまで濡れる地獄から解放された。身を隠すことのできない土手の上で、涼を求めて軽トラの陰に身を潜める必要もない。猛暑、酷暑で辛かった昨年の反省から「早く始めて、早くおうちに帰ろう」の実現だ。まさに革命的なことだ。早起きして弁当を作らなくともよいので、奥方にも好



評だ。

浅川除草は約

1ヶ月遅れ、8

月22日にスター

トした。この日

は木曜日で、2

日頑張れば土、

日と休養できて

英気が養われ

る。3日目に疲

労がピークに達

するのを避ける配慮だ。一人でも多く参加

してもらい、少しでも働きやすい環境にするため、いくつか工夫がなされた。20分作業して、15分休憩をとる。毎日、班長会で

効率的なアイデアを出し合う。遅れている箇所に応援部隊を送り込む。

初日は37℃で超暑だったが、その後は雨

にも遭わず、曇りの日が多かった。概ね天

候には恵まれたと言えるよう。5名の新規就

業者が最後の日まで残った。熱中症の棄権

者なし。先輩から恒例の「おめえ、明日から来なくていい」の言葉なく、新人の「こ

んな仕事やってられねー、こんなシルバーのやることじゃねー」という捨て台詞

評だ。



もなかった。A班のSさんはこう語る。「畑で草刈りをするが、川の土手や法面、蔓はしんどかった」

浅川除草にはいろんな思いがある。浅川で鉄砲刈りを覚えた、法面で膝にビーバーをのせて刈れるようになった、一番手を後ろから煽った、新しい仲間ができた、真っ黒に日焼けした、草刈の全てを学んだ。たかが浅川除草、されど浅川除草。どうなることやら。

(坂口教道会員撮影)

女性会員のつどい



令和6年12月11日開催
講演会～サックスの調べとお話と～



久松の演奏と、ご住職の講話、阿彌陀寺の遠峰志様による講演会が、たくさんの来場者のおかげで、楽しいひとときを過ごすことができました。



Smile to Smile



みなさんから寄せられた「Smile to Smile」についての質問にお答えいたします。



◎仮登録メールが届きません。 以下のような原因が考えられます。確認をお願いします。

●メールの題名を見落としていませんか？

➡ 仮登録メールのタイトルは「【Smile】利用登録を完了させてください」です。

●迷惑メールのフォルダに振り分けられていませんか？

➡ 迷惑メールのフォルダ内を確認してください。

●メールの容量がオーバーしていて受信できない状態ではありませんか？

➡ 不要なメールを削除し、ゴミ箱を空にしてください。

●ブラウザのタブが開きすぎていて、登録が完了していない可能性があります。

➡ 使用していないタブを閉じて、初めの仮登録から仮パスワードを使ってやり直してください。



人事異動

退職

令和6年8月31日付

採用

令和6年10月1日付

総務課主任
事業課職員

宮川 一美
西野 歩

柳沢 朋子



宮川一美



西野 歩

●誤ったメールアドレスを入力していませんか？

➡ 再度、初めの仮登録から仮パスワードを使ってやり直してください。

●受信拒否を設定している場合

➡ 「no-reply@s22s.jp」からのメールを受信可能に設定変更してください。

送信元のメールアドレス「no-reply@s22s.jp」は全国のシルバー人材センターで利用している Smile to Smile 共通のメールアドレスとなっております。したがって長野シルバー人材センターでは変更ができません。日本語表記になるように開発元に要望しております。



おくやみ

謹んでご冥福をお祈りいたします

土倉 春男 様	7月21日	大豆島班
北島 俊彦 様	11月13日	第3・4班
宮澤 茂 様	8月29日	川中島班
藤巻 好正 様	9月17日	若槻班

◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆

長野シルバー人材センター関係の皆様には、良き新年を迎えられたことと存じます。

已年は、金運のご利益があり、また新しいことが始まる年と言われております。地域活動推進委員の審議の結果、新年度から新しいポイント制度に移行します。会員の皆様には一攫千金は無理でも、地域活動に参加し、是非ポイントを沢山貯めて頂きたいと思っております。

「蛇の道は蛇」という言葉があります。ネガティブな場面で使われることも少なくない言葉ですが、本来は「餅は餅屋」と同じで専門に通じます。会員の皆様の智慧と経験が生かされる一年となりますよう祈念いたします。

記 総務部会副会長 藤澤貞行