

# 上里町 シルバーだより

2023年1月発行 会報38号

公益社団法人  
上里町シルバー人材センター



上里サービスエリア

## 会員数

[2022年12月1日現在]



男性 166人



女性 75人



合計 241人

自主

自立

基本理念

共働

共助

## 新年のご挨拶

理事長 柴崎久男



あけましておめでとございます。

会員の皆様におかれましては、令和5年の新春を健やかに迎えることと心からお慶び申し上げます。

上里町シルバー人材センターの令和4年(2022年)の事業活動は前年から続く新型コロナウイルス感染症の影響を受けながらの大変な1年でした。会員各位の日々の努力

により、業績も順調に拡大している状況であり、皆様のたゆまぬ研鑽に感謝する次第です。

昨年11月に東京都内で私のような、新任理事長を対象にした研修会があり、しばらくぶりに日帰りでの東京出張をしました。心配していた電車の乗り換えも無事に済み、到着したJR御茶ノ水駅は再開発工事の真っ只中で、路上に出れば、再開発された街の高層ビル群にびっくり仰天することばかりでした。人口の東京圏一極集中が問題視されている昨今、魅力あふれるビル群の光景に驚きを感じると共、地方の活性化が極めて切実な問題であることをさまざまなと見せつけられました。

この様な環境下で、第一次中期計画2年目の目標達成に向け、会員の皆様が健康でお仕事の結果を果たせる環境づくり、安全就業への取り組みにも注力していく所存でございます。

います。

また、コロナ禍で一時的に減少した会員の拡大のための説明会も積極的に開催し、更なる会員拡大、とりわけ女性会員の増大を推進してまいります。会員拡大に向けては、高齢者が共に働き、共に助け合うことで、その家族や地域社会に活力を与え、自らも積極的な日常生活の維持と、社会参加による生きがいの充実を図る、シルバー人材センターの基本理念である「自主・自立・共働・共助」の精神で、輝いた人生を送っていただく事を広く告知してまいります。最後になりますが、年始めにあたり皆様のご多幸をお祈りするとともに、愛着と誇りをもつて上里町シルバー人材センターの事業を展開して地域社会に貢献すべく、誠心誠意全力で取り組んでまいりますのでご協力を賜りますようお願い申し上げます、新年の挨拶とさせていただきます。



# 新春あいさつ

上里町長 山下博二



新年あけましておめでとう  
ございます。

会員の皆様におかれましては、つつがなく新年をお迎えることと心よりお慶び申し上げます。

本格的な高齢社会を迎え、生活環境や社会構造も大きく変動しておりますが、上里町シルバー人材センターの役員及び会員の皆様には、日ごろより地域社会へのご理解とご支援をいただき、厚く御礼申

し上げます。

私は昨年の上里町町長選挙におきまして、町民の皆様をはじめ関係各位からの力強いご支援をいただき、昨年5月より二期目の町政運営を勤めることとなりました。本年も引き続き上里町長としてリーダーシップをとり、誠心誠意、上里町発展のため取り組む決意であります。

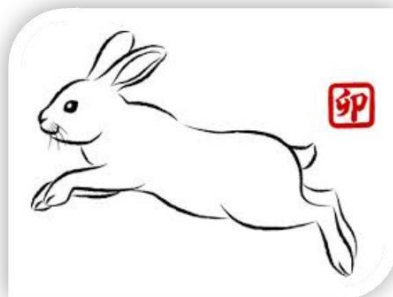
さて昨年は、「上里町ふれあいまつり」が3年ぶりに開催された事を始め、神保原駅前では、「ちいさな駅前を旅するマーケット」を新たに実施しました。こうした催し物は、上里町の郷土意識の向上と連携性、町民の皆様の交流に大変重要な役割を果たすものと考えられます。

また、12月には新たな神流川橋が開通した事により、国道17号沿線の交通渋滞の緩和や、交通事故発生防止、さらに災害時には緊急輸送路の役割を果たす等、地域に暮

らす皆様の安全と地域経済の活性化が期待されます。

本年におきましても、町民の皆様が安心して住み続けたいと思われるまちづくりを今後進めてまいりますので、会員の皆様にも変わらぬご支援をお願い申し上げます。

結びに上里町シルバー人材センターの一層の飛躍、並びに会員の皆様のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。



# ふれあいまつり

令和4年11月6日(日)開催



コロナウイルス感染症拡大のため、中止を余儀なくされていた「かみさとふれあいまつり」が、3年振りに開催されました。会場は従来とは異なり、イオンタウン上里南

駐車で飲食を提供しない物販中心の開催となりました。

現在でも感染は収束しておりませんが、「withコロナ」を意識し感染対策を充分に講じたうえで、新型コロナウイルスと寄り添って従来の暮らしを取り戻していく、「共生・共生」の実践活動とも言えるイベントであったと思います。

当日は秋晴れの好天に恵まれ、多くの町民の方が参加される中、郷土意識の向上と連帯感の強化を目的に、ふれあいを通じ上里町の発展のために盛大に開催されました。

ふれあいまつりの催し物としては、乾武神流川太鼓をオープンニングに、「魅力発信・上里広報大使」に任命されたシンガーソングライターのTANONさんと、上里町出身のボーカリスト北沢綾香さんによる素敵な歌謡ステージ。更には、町内の皆様による芸能舞踊ショー。そしてジャズオーケストラによる華やかな演奏

等、沢山の催し物で来場者を楽しませてくれました。

今回の「ふれあいまつり」には、シルバー人材センターからは、合計25名で参加し、ボランティア活動として会場内の清掃作業を実施いたしました。実施に当たっては、除草班・植木班・草刈班・ゴルフ場・



体育館で就業して頂いている皆さんに1時間交代で広い会場を巡回し、ゴミの回収に努めていただきました。

また、来場いただいた皆さんに広くシルバー人材センターを認知していただくためのPRとして、『入会のご案内』の動画を流し、シルバー人材センターへの入会促進を行いました。その甲斐あって、会場でのお問い合わせをいただき、後日「お仕事説明会」に参加し、会員になられた方もいらつしやいました。

今後も、このようなイベントに積極的に参加し、シルバー人材センターの知名度向上に努めて行きたいと考えております。

シルバー人材センター



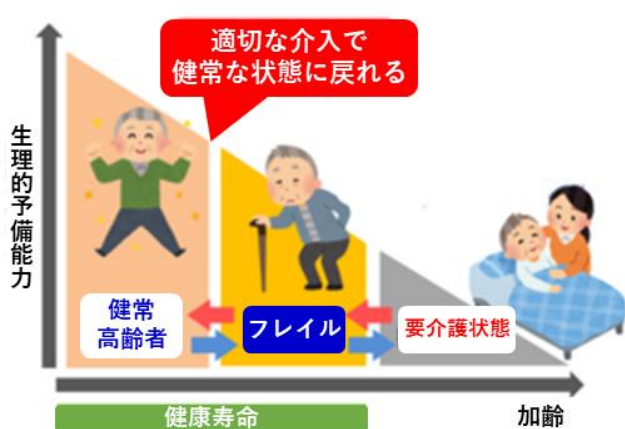
# フレイル体力測定

## フレイル予防について

フレイルとは「加齢により心身が老い衰えた状態」のことと言います。フレイルは、早く介入して対策を行えば元の健常な状態に戻る可能性があります。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。

## フレイルの基準

高齢者が増えている現代社会において、フレイルに早く気づき、正しく介入（治療や予防）することがとても大切です。フレイルの基準としては5項目あり、3項目以上該当するとフレイル、1〜2項目の場合はフレイルの前段階と判断します。



- ① 体重減少… 意図しない年間4.5kg または5%以上の体重減少も面倒だと週に3〜4日以上感じる
- ② 疲れやすい…何をしても面倒だと週に3〜4日以上感じる
- ③ 歩行速度の低下
- ④ 握力の低下
- ⑤ 身体活動量の低下

## フレイル状態に至るとどうなるのか

フレイルの状態になると、身体能力の低下が起きます。また、何らかの病気にかかりやすくなったり、入院するなど、ストレスに弱い状態になっていきます。例えば健常な人が風邪をひいても、体の怠さや発熱を自覚するものの数日すれば治ります。

しかし、フレイルの状態になつていると風邪をこじらせて肺炎を発症したり、怠さのために転倒して打撲や骨折をする可能性があります。

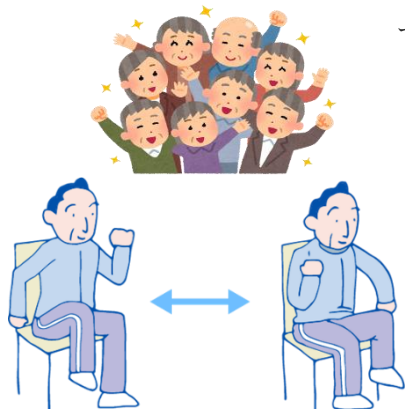
また、入院すると環境の変化に対応できずに、一時的に自分がどこにいるのかわからなくなったり、自分の感情をコントロールできなくなることもあります。転倒による打撲や骨折、病気による入院をきっかけにフレイルから寝たきりになってしまうことがあります。

## フレイル体力測定を

### センター職員で実施

センターにおきましても、フレイル予防サポーター及びフレイル測定員の養成に注力しています。11月に事務局内の職員を対象としたフレイル体力測定を行いました。測定内容は、歩行速度、椅子5回立ち上がりテスト、バランステスト、アップ&ゴーストと握力です。

シルバーで就業されている皆様は、比較的健康でお元気だと思われそうですが、今後、皆様にお声がけして『フレイル体力測定』などを行う方針です。



# 私の趣味紹介

■小物細工



佐藤 義忠

シルバー人材センターにお世話になって早10年になりました、佐藤と申します。

8年くらい前)に、陶芸作りの趣味として投稿いたしました。覚えている方もいらっしゃると思います。

今回は広報担当の方からの依頼を受け、小物づくりの趣味を紹介いたします。何故かと言うと、肩を壊して粘土作りができなくなってしまうからです。小物作りをするようになった発端は、家に以前拾ってきたドングリ等、野の実が沢山あったのでこれで何

か面白い小物ができないかと考えている時、とある「道の駅」で松の実・ドングリ等いろいろなもの、動物や鳥などを作り展示されているのを見て、「これだ!」と思い早速自分なりに工夫して作ってみたのが写真にあるような作品です。これらの作品の作り方を少し説明いたします。



一つはストリップホルダーです。ハンカチの木の実・クルミ・竹の根・ドングリ・ヘタ

タで作った玉。二つ目はイヤリングです。これもクルミを輪切りにした中に、いろいろなビーズ玉等

を取り付けて作ったものです。(但し、クルミの輪切りは非常に危険ですのでマネしないで下さい。)



三つめは、フェルト羊毛です。羊毛を針で刺しながら動物(ネコ、イヌ・鳥等)の形を作っていく

ます。これは非常に根気のいる作業です。

四つ目は、ドングリでトロトロをいろいろな形にまとめたものです。



最後は、ツマミ細工です。孫に頼まれて、成人式に使う髪簪を多少作りました。



これらの作品を友達に誘われて、高崎市の大和屋さんで展示したこともあります。また、妻沼の商店街での手作り市に何度も出品したこともありましたが、現在は、コロナ禍の影響もあり中止を余儀なくされています。最後になりますが、このような小物作成に興味のある方は、ご一報ください。

## 職場紹介

「ロイヤル」上里ベーカリー  
敷地登美枝



会員の皆様こんにちは。  
私が今働いている職場は、  
上里サービスエリア上り線に  
ある「上里ベーカリー」で販  
売の仕事をしています。  
勤務は週4回で、16:00  
〜21:00の5時間勤務で  
す。主な仕事は、パンの販売  
やレジ打ち、他にはパニーニ  
といってグリルに挟んで焼く  
サンドの販売や焼成したパン

を棚に補充をしたりしています。

閉店後は、アルバイトの学  
生さん達とトンダやトレーの  
洗浄・売場の衛生など、毎回  
楽しくコミュニケーションを  
取りながら仕事をしています。  
週末には、平日と違ってバス  
ツアーやご家族連れのお客さ  
で賑わいを見せています。

ご利用してくださっている  
お客様から、「美味しいパン」  
とお誉めの言葉をいただく事  
を励みに仕事をしています。

今後は、もっと沢山のお客  
様に上里サービスエリアをご  
利用いただき、地域の方々や  
高速道路を利用されているお  
客様にとって、なくてはなら  
ないお店になる事を目指して  
仕事に取り組んで行きたいと  
思っています。

人気NO.1商品



## 懇親会情報

■全ては、班の結束力

強化のために 植木班

植木班は男12名。筆頭は  
昭和17年〜末は昭和31年  
生れの男所帯です。出身は、  
北は青森・南は福岡そして群  
馬・埼玉です。また、建築士・  
運転手・営業技術・工程管理・  
品質管理・原価管理・設備管  
理・経営管理等々経験豊かな  
人達です。仕事は、樹木の剪  
定が中心で、安全作業・顧客  
優先・楽しさをモットーに取  
り組んでいます。

特に、作業外では交流と親  
睦を兼ね、食事会・忘年会・  
カラオケ・旅行等を行ってい  
ます。歌あり・美食あり・美  
酒あり。話題は年金・孫・医  
者・旅行・趣味・最近はお墓  
の話が出てきます。都合の許  
すメンバー有志で以下の活動  
をしました。

◇令和3年12月4日「相

川食堂」で食事会と歌の競演。

◇令和3年12月28日 高  
級歌舎「園」で歌の競演と忘  
年会。◇令和4年6月26日  
・27日 伊香保温泉旅行。

◇令和4年8月28日・29  
日 四万温泉旅行。◇令和4年  
11月27日・28日 日光鬼  
怒川温泉旅行。これからも  
安全優先と楽しさを確保し、  
コロナと程良い距離を保ち植  
木班の活動を今後も継続しま  
す。この様な活動を会員の皆  
様に拡大できれば、いいな・  
と思っっています。なお、植木  
班は一緒に働く男女仲間を募  
集中です。班員一同お待ちし  
ております。



## トピックス

### ■インボイス制度について

令和5年の10月1日より消費税の適格請求書等保存方式（インボイス制度）が施行されます。センターからの請負で就業されている会員は、個人事業主としてセンターから配分金を受け取っていますが、この配分金には消費税が含まれています。ところが会員の皆様の多くは、年間の所得が一千万円未満であるため、受け取った消費税は免税され、納付する必要はありません。この点は、インボイス制度が施行されても変更はありません。

大きく変わるのはセンター側で、施行までに配分金に含めてお支払いしていた消費税は仕入税控除できていました。それが施行後は、会員が課税事業者として登録した上でインボイスを発行しなければ、センターが消費税の納税額の計算上で仕

入税額控除ができなくなる点です。

会員はインボイス制度導入後も、引き続き免税事業者として就業を行うことが想定されます。免税事業者である会員の受け取る配分金を下げたしまえば、民間事業者に配慮した料金設定というセンターの業務受注の基本的考え方を逸脱することとなります。

## 事務局だより

### ■安全パトロール報告

この紙面でも度々登場する安全パトロールですが、センターでは安全就業の徹底のため、安全・適性就業委員会が中心となり、毎年数回の安全パトロールを行っています。安全・適性就業委員会のメンバーが、就業現場を廻り安全チェックを行います。現場としては、植木、草刈、除草、道路整備・補修の就業現場が多くなりますが、加えて清掃、屋外軽作業の現場

等も廻っています。

10月28日に行われた第3回安全パトロールでの具体的な指摘事項としては、植木の伐採でチェーンソー作業を頭上で行っていたので危険であるという指摘と草刈の際に飛散防止用段ボールの移動が作業者の移動に間に合っていないといった等の指摘がありました。第4回安全パトロールは、11月29日に予定されていますが、新型コロナウイルスの感染防止のため中止されました。次回は1月下旬に予定されています。



### ■健康診断受診のお願い

会員の皆様が元気で活躍していただくために、年1回の定期健康診断を受けましょう。

上里町  
シルバーだより

1月号 (38号)

令和5年1月15日発行

発行責任者：柴崎 久男

編集長：斉藤 正美

〒369-0305 埼玉県児玉郡上里町大字神保原町 1401 番地



公益社団法人 上里町シルバー人材センター

TEL 0495-33-4231 FAX 0495-71-4251

[ホームページ] <http://kamisatomachisilver.com/>

[E-mail] [kamisato@sjc.ne.jp](mailto:kamisato@sjc.ne.jp)

※無断複製禁ず