



センターだより

かわにし

気のゆるみ  
危険の影が  
忍びよる

(令和5年度 センター安全標語 最優秀賞)

編  
集  
発  
行

公益社団法人 川西市シルバー人材センター

〒666-0017 兵庫県川西市火打1丁目10番9号

TEL 072-758-6234

FAX 072-758-3679

<http://www.kawanishi-silver.or.jp>

# 当センターの中期計画が 策定されました



2ページ

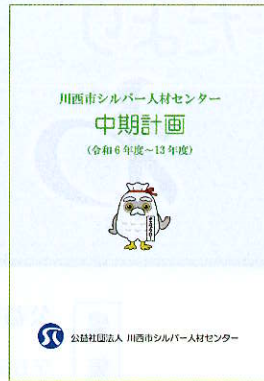
中期計画策定委員会の船木委員長（写真左）から小田理事長へ中期計画案を答申

## CONTENTS

中期計画策定	2・3	食生活の見直し	7
お仕事紹介	4	謎解き	7
講習会開催報告	5	事務局からのお知らせ	8
安全就業	6		

## 中期計画策定

当センターでは、事業運営の基本方針として「中期計画」を策定しています。この度、平成28年度に策定した現計画が期間満了を迎えることから、新たな中期計画を策定しましたので、お知らせします。



本計画の策定にあたっては、川西市をはじめ関連団体の職員などからなる「中期計画策定委員会」を設置し、委員会で内容を審議しました。審議後、委員会から答申された案が理事会の承認を経て確定しました。

なお、誌面の都合上、本稿では計画の概要を記載するに留め、計画全体はセンターのホームページにて公開します。また、インター

ネットの環境がない方もご覧いただけるように、事務局に冊子を備え置きます。

### ① 計画の位置づけ

当センターは川西市の外郭団体であると同時に、兵庫県内のシルバー人材センターを統括する(公社)兵庫県シルバー人材センター協会(以下、「兵シ協」と共に活動する、県内34センターの一員であるという側面もあります。

このような点を踏まえ、計画策定にあたっては、川西市の最上位計画である「第6次川西市総合計画(以下、「総合計画」)及び、総合計画における部門別計画の一つである「川西市地域福祉計画」との整合性を図るとともに、兵シ協の「事業推進計画(2023〜2025)」の内容を勘案しながら策定しています。

### ② 計画期間と目標設定期間

本計画は策定にあたり総合計画との整合性を図ることとしています。そのため、総合計画と同じ令和6年度を計画初年度とし、令和

13年度までの8年間を計画全体の期間としています。

しかし、昨今の社会情勢や経済情勢は急速に変化しており、会員数や契約金額など個別の目標については、8年後を見通した数値を設定することは極めて困難な状況です。総合計画ではこのことを考慮し、個別の目標数値は「必要に応じた中間見直し」をすることをしています。また兵シ協では、中長期的な目標数値を設定することは困難とし、「中長期計画」ではなく、令和5年度から

の3年間における「事業推進計画」を策定し、諸課題に取り組んでいく内容としています。



このような状況も勘案し、当センターの中期計画においても、個別の目標設定期間は令和6年度から9年度までの4年間としています。令和10年度からの後期4年間は、前期4年間の進捗状況を検証し、改めて設定します。

### ③ 前期計画期間中の総括

前期計画期間中に、社会・経済情勢は大きく変化しました。

特に、令和2年に発生した新型コロナウイルス感染症の感染拡大や、各地での紛争に起因する混乱と諸物価の高騰は、センターの事業運営にも大きな影響を及ぼしました。

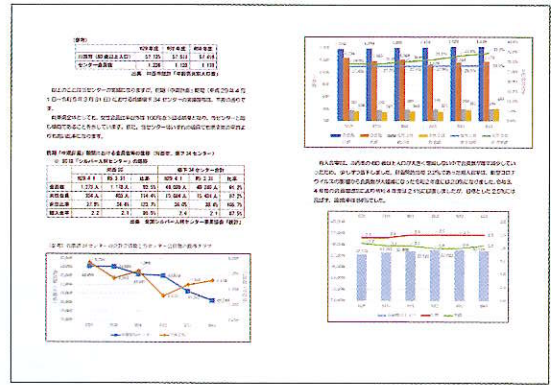
また、少子高齢化や労働人口減少を背景として進められた定年延長制度などの国の取り組みは、シルバー人材センター以外の場所での多様な働き方の創出に繋がりが、会員確保の困難さが一層増す要因になりました。

その他、発注者側ではシルバー人材センターとの契約を終了し、自社雇用職員への切り替えや機械化などの合理化・省力化を推進する動きが出ています。近年の諸物価の高騰に加え、シルバー人材センターは、地域の最低賃金を尊重した配分金単価の設定をするよう国等から指導されていますが、年々最低賃金が上昇するなかで、発注者が少しでもコスト負担の軽

減を図ろうとしていることが背景にあります。

このように、シルバー人材センターにとつてはいくつもの向かい風が吹く状況のなかで、前期計画で掲げた目標項目の多くは、厳しい結果になりました。特に会員数については、平成27年度の1387人をピークに、コロナ禍にあった令和2年度には1128人まで減少しました。

一方で、幾つかの項目では明るい兆しも見えています。例えば、ピーク時から最大で259人減少した会員数は、令和3年度以降毎年増加しており、令和5年12月末時点の会員数は1219人と、コロナ前の水準に戻りました。コロナ以降は、全国的にも会員数や契約金額の減少傾向は顕著であり、県下34のシルバー人材センターの中で、令和3、4年度共に会員数が増加しているセンターは、当センターを含めて10センターに留まることを勘案すると、健闘していると言えます。同じく、コロナによる全国的な経済活動の停滞の影響を大きく受け



た契約金額（請負事業と派遣事業の合計額）も、コロナ前の水準に回復してきました。契約金額に関しても、令和3、4年度共に増加したセンターは当センターを含め11センターと、会員数と同じ状況です。総評として、健闘した部分はあるつつも、コロナをはじめとする様々な外的要因の影響は大きく、目標の大半は達成できていないものになりました。

④ センターが抱える課題

現在センターが抱える課題は、大別すると「会員数の減少」「伸

び悩む事業実績」「安全活動」「センター事業のPR不足」「組織体の課題も一朝一夕で解決できるものではありませんが、今後もセンター事業を発展させていくためには、避けては通れない問題になります。

⑤ センターが目指す将来像

シルバー人材センターの活動は、高齢者が就業を通じて生きがいの充実や社会参加の促進を図ることを目的としています。今後もこの本来の目的を一層推進し、センターに期待される役割を遂行していくことが重要です。

その一方で、加齢や体調不良などで就業することが難しい会員であっても、就業だけでない様々な

方法での生きがい提供がシルバー人材センターに求められるようになってきました。そのような新たな役割にも応えていくことなど、5項目の目指す将来像を計画では挙げています。

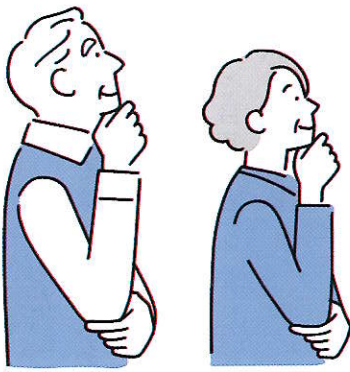
⑥ 目標と取り組み

令和6年度から4年間の目標数値に関しては、昨今の社会経済情勢などを勘案しつつも、着実な成長を目標とした数値を設定しています。今後は設定した目標の達成に向け事業を推進しながら、後期4年の目標は、その進捗状況を検証したうえで設定することになります。

また、目標達成に向けた取り組みに関しては、現在効果を発揮している手法に加え、様々な方法を用いていくこととしています。

終わりに

今後はこの中期計画を指針として、事務局一丸となりセンターの事業運営に取り組んでまいります。会員の皆様のご協力を、よろしく願います。



# お仕事紹介

## 粗大ごみの搬出

今回は、当センターで請け負っている単発業務の一種である、『粗大ごみの搬出業務』をご紹介します。

自治体の回収サービスを利用する際に、自身の運び出しが困難な方からの依頼により、ご自宅の中から自治体回収の指定場所までの搬出を行います。



(左から)  
川田会員、釜野会員、永川会員

依頼があると、まずは会員自身が現地に下見に伺います。作業現場や粗大ごみの確認を行い、リサイクル対象品でないか、重量に問題がなく

安全に搬出ができるかなどを、事前に確認します。

粗大ごみの量や大きさによっては、一人ではなく複数人で作業を行います。また、解体してから搬出することもあります。

作業時には、搬出する粗大ごみでご自宅などに傷をつけることがないように、細心の注意を払います。お互いに声を掛けながら、作業にあたることも欠かしません。



石橋会員

ごみが崩れて近隣住民の方に迷惑をかけることがないように、大きなもので囲って壁を作り、その内側に細かなごみを出すなど、ごみの出し方も工夫します。

会員自身だけでなく、周辺の方の安全面にも配慮を行いながら搬出している姿が印象的でした。

発注者の方より、「また同じ方に作業をお願いしたい」と、ご指名で何度もご依頼をいただくこともあります。



清水会員 (左) と小川会員

清水会員 (左) と濱会員

さまざまな理由で、ますますこのような依頼が多くなると感じます。安全面に配慮し、今後も就業をよろしく願います。

# 講習会 開催報告

## ☆毛筆筆耕講習会☆

1月17日と31日、毛筆筆耕講習会が2回にわたり開催され、普段から習字同好会に参加している会員に加え、今回初めての方も含めて延べ23名が講師の指導を受けました。

1回目の内容は、はがきや封書のあて名書き、2回目はのし袋・ご祝儀袋の書き方という実践に即した内容です。墨の匂いが心地よい中で、皆さん集中しながら、熱心に練習している様子でした。



## ☆スマホ講習会☆



ドコモショップ 川西店のご協力を得て、1月19日、スマートフォン講習会が開かれました。

第一部のマイナンバーカードの申請方法については、まだカードを取得されていない方向けの、また第二部は、『LINE(ライン)』などのコミュニケーションアプリの使い方についての講習で、定員いっぱいのご参加をいただきました。特に第二部の『LINE』の基本的な使い方をお教えしてもらった場面では、「友だち追加」の方法や、写真の送り方など、皆さんたいへん興味深そうに聞き入っておられました。質疑応答の時間には、知りたかったことを次々と質問しながら、「なるほど」「ああ、そういうことか!」など、満足して帰途につかれた方が多かったようです。



## ☆交通安全講習会☆

2月7日、川西警察署交通課の方々にお越しいただき、交通安全についての講習会が開催されました。定員を上回るお申し込みがあり、19名の皆さんが参加しました。



前半は兵庫県下や川西市内における交通事故の実例の講義となり、身近な場所での事故の話に皆さんも気が引き締まる思いがしたことと申します。

後半は車運転時の危険を察知するシミュレーションを映像を用いて体験しました。全員スイッチを持ち、映像を見て危険と感じる時点でスイッチを押し、危険を事前に感じる点を体感しました。

過去10年間での  
事故件数ワースト2位

2月末日現在、令和5年度に当センターで発生した事故件数は10件となっております。これは年度途中での件数にもかかわらず、過去10年間では令和2年度の13件に次ぐ件数となっております。特に12月から急激に件数が増加している状況です。

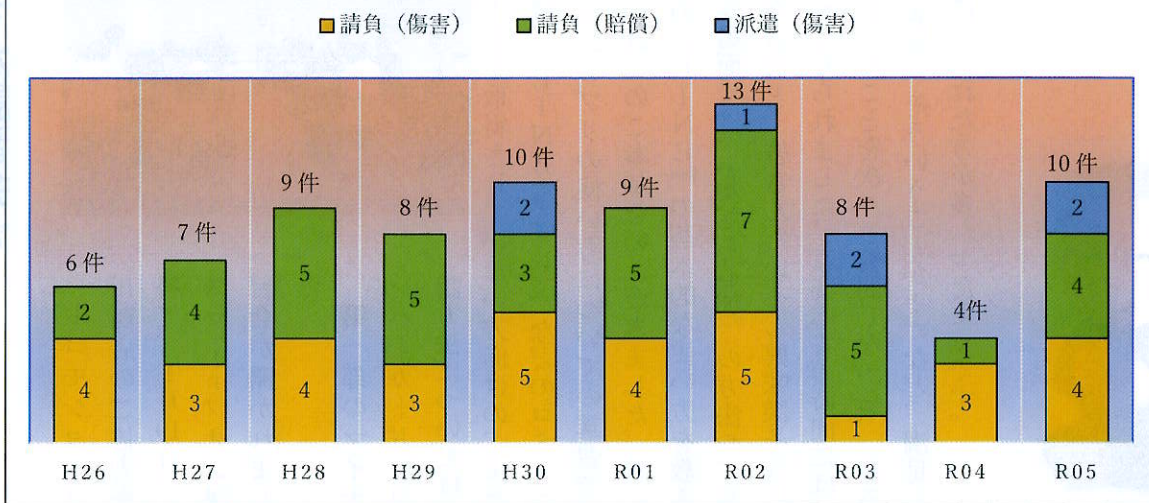
この事態に鑑み、当センターでは会員の皆さんに安全に就業していただけるよう一層安全方針を講じ、注意喚起を行っていくこととしました。

直近の当センターで発生した事故における主な原因は、安全確認不足や不安全行動です。慣れた作業においても、確認を怠らず、安全を確保した状態で作業するようにしてください。

兵庫県下34センターの事故状況としては、1月末時点で219件発生しており、そのうち106件が転倒、転落による事故です。雨天や清掃後には床が濡れているため、滑りにくい靴を履くなどの対策や、年齢とともに身体能力が衰えること（足が上がりにくくなるなど）を日頃から意識して未然に事故を防ぎましょう。また突発的な事柄に対処する時は、注意力が低下するため、落ち着いて行動するようにしてください。



過去10年間 当センター事故発生件数



また、兵庫県くらし安全課が令和6年2月に発表した交通事故発生状況によると、兵庫県での交通事故は令和5年度で1万6281件（前年比91件減）、交通死亡事故は103件（前年比17件減）となっております。前年度に比べると件数は微減していますが、事故件数は全国ワースト8位となっております。

今年度の交通死亡事故の特徴としては車両単独の事故、特に二輪車の事故が増加傾向にあります。また交通死亡事故の半数以上が65歳以上の高齢者となっております。特に8〜10時の通勤時間に多発しています。この時間帯は就業途上のかたも多いかと思しますので、交通规则を守り、被害者だけではなく加害者にもならないよう十分に注意しましょう。

今後も「事故ゼロ」を目指した安全就業の徹底にご協力をお願いいたします。

交通事故発生状況

	件数	死者	傷者
R05	16,281	103	19,113
R04	16,372	120	19,425
増減	△91	△17	△312



### 食生活の見直し

「フレイル」という言葉を聞いたことはあるでしょうか。フレイルとは「活動的な生活をしていく状態と要介護の間の状態」のことです。具体的には、多くの高齢者は急に要介護状態になるわけではなく、徐々に身体機能・認知機能が低下すると言われています。そういった過程をフレイルと呼び、その状態を放置していると要介護状態になってしまう危険性が高まると言われています。

フレイルの3つの原因として、

- ・身体的要因（運動不足、活動量の減少）
- ・精神・心理的要因（職場や家族へのストレス、病気による気分の落ち込みなど）
- ・社会的要因（人との関わりの減少）が挙げられます。

特にフレイルのきっかけになりやすいと言われる身体的要因の悪循環として、加齢による筋肉量の低下↓消費エネルギー量の低下↓食事量の低下↓さらに筋肉量が低下。こういった状態が挙げられます。また、食事量だけの問題ではなく、偏った食事や栄養不足による「低栄養」状態が続くこともフレイルのきっかけになります。こういった状態になる前に今の食生活を見直し、フレイルの予防をしましょう。

（食生活のポイント）

- ・1日3食しっかり食べる

↓3回に食事を分けることで、必要な栄養素を適切なタイミングで摂取でき、時間を決めることで体のリズムを整え、規則正しい生活にもつながります。

- ・主食、主菜、副菜を揃える

↓主食（ご飯やパン、麺類など）は体を動かすためのエネルギーとなります。

主菜（肉・魚など）は体を作る原料となります。

副菜（野菜など）はビタミンや食物繊維によって体の働きを手助けする効果があります。

- ・タンパク質を意識して摂る

↓1日の目標目安は60gです。（卵1個約6g、7g）日本人の平均摂取量は約10gです。

普段の食事に卵・豆腐・納豆などを追加すると効率よくタンパク質を摂取できます。

- ・塩分は控えめにする

↓1日の目標目安は男性7.5g、女性6.5gです。麺類の汁は残す、香辛料や出汁を活用して味付けをするなどの工夫をしましょう。

- ・こまめな水分補給をする

定期的な体重を測る。また、適度に運動することや積極的に人と関わることを意識して健康的に過ごしましょう。

（参考：猪名川町社会福祉協議会

「健康長寿のための食事のヒケツ」）



### 解きチャレンジ!

令和6年から13年までの期間、当センターの事業運営の基本方針を定めた計画の名称はなんでしょうか? ヒント: **センターだより**に詳しい内容が書いてあります!

クイズ正解者の中から

### 『抽選で5名にQUOカード500円分をプレゼント!』

応募方法: ハガキにクイズの答、会員番号、住所、氏名、電話番号、いちばん興味があった記事の感想を書き、令和6年4月30日(火)(消印有効)までに、〒666-0017 川西市火打1-10-9 (公社)川西市シルバー人材センター「クイズ」係まで

※前号の正解は「E」で14件の応募がありました。

### 答え ○○ 計画

# 事務局からのお知らせ

5月23日(木)に  
令和6年度「定時総会」を  
開催予定

総会は、会員全体の意思が直接  
反映される大切な場です。  
できる限り日程を調整され、ご  
出席ください。

日時 5月23日(木)  
午後2時から

場所 アステ川西 6階  
アステホール

※無料の駐車場はありません。近  
隣の有料駐車場か、電車・バス  
を利用してください。

## ゴールド会員受付

令和6年度のゴールド会員への  
移行申請を受付します。ご希望の  
方は、事務局までお申し出くださ  
い。

**受付期間は4月30日(火)まで  
です。**

ゴールド会員制度とは

年齢や健康状態の都合などで就  
業が難しくなっても、センターの  
諸活動に参加いただくことで健康  
や生きがいの充実を図っていくこ  
とを希望される会員に向けた制度  
です。

適用条件として4月1日時点の  
年齢が80歳以上の会員が対象とな  
ります。ゴールド会員が適用され  
た会員は、年会費が正会員の半額  
(年1200円↓年600円)に  
なります。

**※適用後は、センターから新た  
な就業紹介はありません。**

## 職業相談を随時受付

就業についての希望や困り事な  
どをお聞きします。来局の際は事  
務局までご連絡の上、お越しくだ  
さい。

センター事務局  
☎(758) 6234



## 年会費納入のお願い

令和6年度分(令和6年4月～  
令和7年3月)会費1200円の  
振込書、また、令和5年度分会費  
を未納の方には、2カ年分を同封  
して送付します

令和5年度分が未納の方は、早  
急に納入いただきますよう、お願  
いします。

### ◆配分金等の振込予定日のご案内◆

(令和6年3月就業～令和6年7月就業分)

就業月	請負(配分金)	派遣(賃金)
3月分	4月15日(月)	4月25日(木)
4月分	5月16日(木)	5月24日(金)
5月分	6月17日(月)	6月25日(火)
6月分	7月16日(火)	7月25日(木)
7月分	8月15日(木)	8月23日(金)

令和6年度安全標語募集  
『安全はすべてに優先する』の  
もと、令和6年度の「事故ゼロ」  
を願ひ、『安全標語』を募集します。  
ぜひ皆さま方のご応募をよろしく  
お願いいたします。  
応募方法など、詳しいことは同  
封の「応募要領」をお読みくださ  
い。  
※ 最優秀及び優秀作品に対し、  
表彰状と粗品として「QUO  
カード(千円分)」を進呈し  
ます。