



# かわにし



No.166

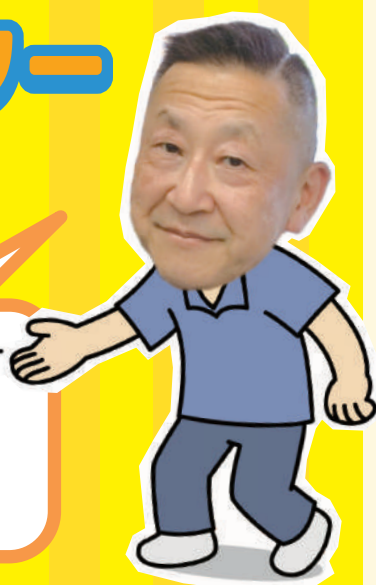


市内水明台の溪のサクラとメジロ 撮影：磯野理香会員

CONTENTS

スポーツ大会	2.3
ゴールド会員受付・就業会員募集	3
講習会・講演会開催	4
就業先訪問	5
安全啓発	6
会員作品紹介	7
謎解き	7
事務局からのお知らせ	8

# 川西市シルバー人材センター 第2回スポーツ大会



～常務理事が調子に乗って  
参加してみました～



晴天祈るも。。。。

令和7年11月25日に川西市総合体育館で川西市シルバー人材センター第2回スポーツ大会が開催されました。

本来ならキセラ川西せせらぎ公園でグラウンド・ゴルフも開催予定でしたが、あいにくの雨でスローイングビンゴだけになりました。グラウンド・ゴルフ参加予定者もスローイングビンゴに変更して26名の会員が参加しました。

元々私はグラウンド・ゴルフに参加予定で、張り切って相棒のクラブ「飛ぶんだくん(自称)」とボール「ピタツと止まるくん(自称)」を持ってきましたが、日の目を見ることはありませんでした。



スローイング  
ビンゴって？

私はスローイングビンゴをやるのが初めてで、興味深くルール説明を聞いていました。スローイングビンゴは、砂袋を方眼の的に向かって投げるもので、マス目は区切られており、着地したマス目をタテ・ヨコ・ナメにそろえてビンゴになった数を競うスポーツです。練習で投げてみましたが、思いつきり投げるとオーバーするし、ボールリングのように投げると砂袋が的の上を滑って思ったところにいき

ません。砂袋の数も決まっております、なかなかビンゴになりません。

なるほど、奥が深いスポーツです。



張り切って  
行こう！

今回、1チーム3名ずつ10チームに分けられました。チームの中には初めて顔を合わせる会員もいて最初はぎこちなかったチームワークもゲームを進める中で「あそこを狙って！」「よっしゃ！ビンゴや」と声も出てどんどん良くなっていきました。

私は理事長、局長と事務局チームを組んで会員チームと対戦しました。リーチになつて私がビンゴの的を外すと2人の冷たい視線が刺さります。逆にビンゴの的に入れるとハイタッチしてきます。こういうのを手



のひら返しというのでしょね。

理事長は戦略家で相手がビンゴになっている列に自分の砂袋をぶち込んでビンゴをつぶしていました。会員の方は「えー」と叫んでいましたが、理事長はどこ吹く風で満面の笑みでした。やはり理事長はこうでないよね…

## 戦い終わって ノーサイド

白熱の戦いも終わって表彰式に移り、チームごとの点数と各賞の表彰を行ってみなさんがお互いの健闘をたたえ合いました。うん、いい雰囲気、楽しかったあゝ

最後の片付けも参加したみなさんが積極的に手伝ってください、短時間で終わりました。本当にありがとうございました。

初めてスポーツ大会に参加しましたが、会員のみなさんの明るい笑顔がたくさん見られて胸がキュンキュンしました。

今後も会員の方が仕事だけではなく、様々なイベントを通して生きがいづくり、健康づくり、仲間づくりを目指していきたいと思っております。みなさんがワクワクドキドキして終わった後はルンルンで帰っていただけるようなイベントを開催していきますのでご参加をお待ちしています。



## 就業会員募集

現在、植木剪定や機械刈除草、防草シート設置作業など屋外で作業する業務の人数が不足しています。

夏の暑さや冬の寒さも大変なところもありますが、お客様に「きれいになった」「自分では作業できないので助かった」と喜んでいただくことも多く、やりがいを感じられる仕事です。

就業にあたっては、ご自身で用意する道具もあります。「ちょっと話を聞いてみたい」という程度でも構いません。実際の作業を見学することもできます。

少しでも興味を持たれた方は、ぜひお問い合わせください！



## ゴールド会員受付

令和8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(木)までです。**

### ゴールド会員制度とは

年齢や健康状態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社会参加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。**

## 年会費納入のお願い

令和8年度分(令和8年4月～令和9年3月)会費1200円の振込書、また、令和7年度分会費を未納の方には、2ヵ年分を同封して送付します。

令和7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。

# 講習会・講演会開催

## 毛筆筆耕講習会

12月16日と19日の2日間にわたり、毛筆筆耕講習会を開催しました。内容は、あらかじめセンターだよりでもお知らせしていた通り、年賀状の宛名書きや裏面のあいさつ文などを練習するものでした。近年「年賀状じまい」とも呼ばれています。年賀状を書かない人が増える中、定員いっぱい15名が参加しました。初めて挑戦する人も、普段から習字同好会に参加している人も、講師の指導を熱心に受けている姿が印象的でした。



## 手話サポーター養成講座

1月27日、センターで初めて、



手話サポーター養成講座を開催しました。

当日は15名の会員が集まり、ろうの方のお話を、手話通訳者を通じていろいろと聞かせてもらいました。初歩的な手話も習い、和気あいあいとした中で終了し、嬉しいことに第2弾を切望される会員が多くおられました。



◀養成講座終了時にもらえるバッジ

## 交通安全講習会

川西警察署の署員を講師に迎え、2月26日に交通安全講習会を開催し定員を超える会員28名が

参加しました。

今回は、4月から道路交通法改正が行われることもあり、皆さん、どのように自転車等のルールが変わるのか興味津々のご様子。講師からは反則金の話や、実際に外に出て自動車の死角の説明をしてもうりました。質問も多く出て、活気ある講習会となりました。



交通事故はいつ、どこで起こるかわかりません。皆さんも自転車やバイク、自動車だけでなく、歩いても周りに気を配り、ご安全に！

## 健康講演会

いつも好評の健康講演会第4弾を3月3日に開催しました。講師は今回も、当センター理事の青木菜穂子氏に務めていただき、30名の会員が参加しました。

今回のテーマは「身体的フレイルと認知機能低下の関連を知って『コグニティブフレイル』を予防しましょう」です。この、コグニティブフレイルとは何だろうか？と皆さんの興味を引いたことと思いますが、実は、認知機能低下と身体的フレイルの両方が合併している状態のことを指すそうです。青木理事の分かりやすく楽しい話に皆さん耳を傾け、盛況のうちに終わりました。

シルバー人材センターの事業目的のひとつである「高齢者の健康と生きがいの増進」はもちろんですが、シルバーに入会し、活動することで介護予防の役割も果たしていることが発表されています。これからも様々なイベントを開催していきますので、皆さんぜひご参加ください。



# 就業先訪問



## 産前・産後ヘルパー

できる制度はないかと思っていたところ、川西市の保健師さんへの制度を教えてもらい申し込みました。

市から当センターに依頼があったとき、センターの担当職員は、麻野間会員の娘さんに双子のお子さんがあり、お孫さんの面倒を見ていたと聞いていたことを思い出し、「ピッタリだ！」とマッチングしました。



お母さんが以前住まわれていた他市のサポート制度では、サポート内容の調理に制限があり、時間も1時間だったとのことでした。

川西市の制度は細かな制限が少なく、また時間も1回あたり2時間あります。

### すごく助かっています

「料理がネックだったので本当

に助かります。育児のサポートや調理、また自分自身が少しだけ休息できる時間もあり、すごく助かっています」とほほ笑みながらお話ししてくれました。

当センターでは、市の担当保健師の方とセンターの担当職員が連携し、支援を求めている方の支援内容を、優先順位を聞き取りながら調整し、事前面談のうえ会員を派遣しています。

### 心を開いてきてくれたと実感出来てうれしい

麻野間会員は、双子を育児した経験から十分大変さを理解していて、お母さんの相談相手になったり、コツなどを助言したりしてサポートしています。

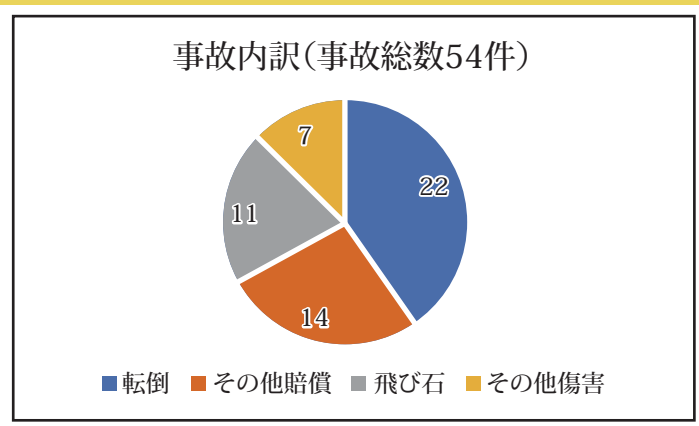
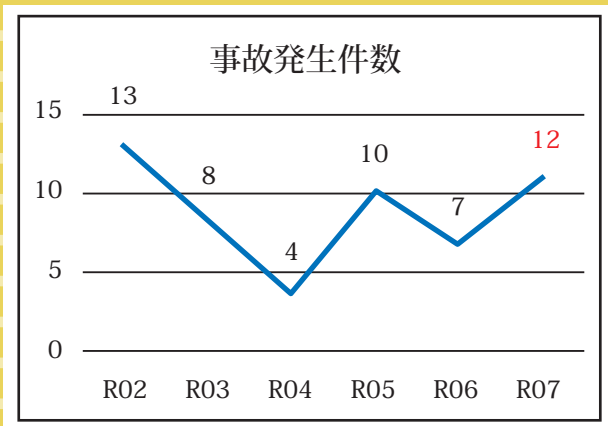
「慣れるまでは、物の場所の位置が分からなかったり、料理については、味付けは合うかな？と心配でした。他の会員さんたちはこんな時どうしているのかな？こんなことはしてもよいのかな？など、少し戸惑ったりした時は、センターの担当職員に相談したりしま

した。お母さんも回数を重ねるごとにいろいろ話してくれ、心を開いてきてくれたと実感出来てうれしいです」と生き生きとした表情で話してくれました。

ご利用を希望するお母さんは、完璧な育児や、料理、掃除を求めているということではなく、生活の一部のちょっとした手助けや、出産、育児に抱いている不安を相談したい、少しでも自分を休みたいといったところをフォローしてほしいんだなど感じます。

会員の皆さんの豊富な知識や経験を、子育て支援で発揮してもらい、また、シルバーに頼んで良かったと言われることを目標に取り組んでいきたいと思います。





上のグラフは、過去10年間で最も事故件数が多かった令和2年度以降に、当センターで発生した事故の年度別件数です。

令和7年度(1月末時点)の事故件数は12件で、これは令和2年度に次いで多い事故件数です。今年度は特に、傷害事故件数が前年度の約2倍(4件→7件)と急増しています。

上のグラフは、左の期間に発生した事故の内訳を示したものです。転倒事故の比率が高く、事故全体の約4割になります。なお、令和7年度も12件中5件が転倒事故と、同様の傾向を示しています。

また兵庫県下でも、令和8年1月末現在で傷害事故の4割を転倒等の事故が占めており、当センターと同じ傾向になります。

**「注意一秒、ケガ一瞬」  
事故はあらゆるところに  
潜んでいます!!**

## 県下シルバー人材センターで発生した傷害事故の事例(令和7年度)

- 駐車場の車止めにつまずき、転倒した(打撲)
- 自転車に乗ろうとした時に、足を踏み外し転倒した(骨折)
- 信号が赤になりそうで、慌てて横断しようとして転倒した(骨折)
- 地下鉄に乗車した際、電車が動きだした時にバランスを崩して転倒(骨折)
- 少しの段差と思って飛び降りた時に、かかとを骨折した
- 清掃作業中、地面に気を取られ頭上の支柱に気付かず頭頂部をぶつけた(切り傷)
- 自転車乗車中、対向車両を避けようとしてバランスを崩し転倒(骨折)

上の事例にあるように、一瞬の油断やふとした拍子など、あらゆるところに事故は潜んでいます。

また、高齢者の場合、些細なことが大きな事故に繋がることも珍しくなく、場合によっては後遺症が残るだけでなく、命に関わることにもなりかねません。「注意一秒、ケガ一瞬」は決して他人事ではありません。

会員の皆さんも、就業の際は周囲の整理をし、安全確認や危険予測を心がけてください。

**「安全は無理せず 焦らず 油断せず」(全シ協統一スローガン)**

# 「描く楽しさは、いまでも変わらず」

今回ご紹介するのは、油絵を楽しんでいる坪井浩会員です。油絵との出会いは学生時代。ご友人と「やってみようか」と、軽い気持ちで始めたのがきっかけだったそうです。ところが実際に筆を握ってみると、その奥深さにすっかり魅了され、それ以来、油絵は坪井会員の人生のそばにあり続けています。

現役時代には、忙しい日々の合間にキャンバスへ向かう時間が、心を整える大切なひとときになっていたといいます。

作品の多くは海外の風景や街並みがモチーフです。イラストレーターの作品集や画集を参考に、描き上げることが多く、そこに自分なりの色や構図を加え、坪井会員らしい一枚へと仕上げていきます。

また、テレビで芸術番組を見ていると、ふと新しい構図や色使いのヒントが浮かび、制作意欲が湧いてくることもあるとか。日常の中に、創作の種がたくさんあるようです。

現在も時間のあるときに少しずつ筆を進めています。制作途中の作品もあり、「完成させるのが楽しみなんです」と穏やかに笑います。老後の趣味として続けてきた油絵ですが、今では生活に欠かせない大切な時間となっています。

「まだまだ描きたいネタがたくさんありますよ」と意欲旺盛です。作品を描き続けるためにも、元気にシルバーの仕事に励みながら、これからも創作活動を続けていきたいと話してくれました。これからも坪井会員らしい色彩で、さまざまな作品を描き続けていかれることでしょう。今後の作品も楽しみです。



坪井浩会員



## 謎解き?? チャレンジ!

令和8年4月から、契約関係が変わるのは?

丸に入る文字はなんでしょう?

個○○庭の発注者

ヒント

記事のどこかに詳しい内容が書いてあります!

## プレゼント

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:

メールまたははがきにクイズの答え、会員番号、住所、氏名、電話番号、いちばん興味のあった記事の感想を書き、令和8年4月30日(木)(消印有効)までに下記送付先まで【メールの送付先】[kawanishi@sjc.ne.jp](mailto:kawanishi@sjc.ne.jp)(代表)【はがきの送付先】〒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

※前号の正解は「つ(ま)ずき」で17件の応募がありました。

# 事務局からのお知らせ

## 5月28日(木)に令和8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28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。

### ◆配分金等振込予定日のご案内◆

(令和8年3月就業～令和8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(水)	4月24日(金)
4月分	5月18日(月)	5月25日(月)
5月分	6月15日(月)	6月25日(木)
6月分	7月15日(水)	7月24日(金)
7月分	8月17日(月)	8月25日(火)

### 令和8年度 安全標語募集



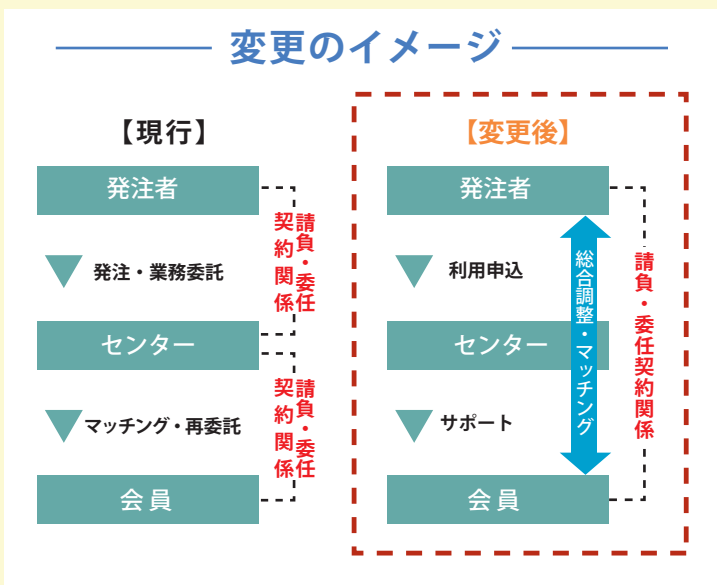
『安全はすべてに優先する』のもと、令和8年度の「事故ゼロ」を願い、『安全標語』を募集します。  
ぜひ皆さま方のご応募をよろしくお願いいたします。

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。

## 令和8年4月から、個人家庭の発注者との契約関係が変わります

令和6年(2024年)11月から、いわゆる「フリーランス法」が施行されました。センターでは、この法律の趣旨を踏まえ、フリーランスとして位置付けられるシルバー人材センターの会員が、法律による保護を十分に受け、安心して就業できる環境を整えるため、国の方針に基づき個人家庭の発注者との契約方法を変更することといたしました。



### 会員とセンターの関係

会員と発注者との間で契約関係が生じることになりますが、実務面では現在と変わることはありません。センターは会員と発注者の間に入って今までと同様に総合調整を行いますのでご安心ください。

### Smile to Smileへの登録について

今後、皆さんには「Smile to Smile」を通じて、就業条件を確認していただく予定です。実施時期はまたお伝えしますが、まだ登録がお済みでない方は、この機会にぜひご登録をお願いします。