

シルバー人材センター



シルバーマーク

ニュース

# ゆんたく

## 発行所

公益社団法人 沖縄市シルバー人材センター

〒904-2155 沖縄市美原 3丁目1番1号

電話番号 ( 098 ) 929-1361

http://www.okinawasisi.com

4月末現在の会員数615人

( 男性350人・女性265人 )



## ボランティア参加者減に歯止めを！ 第1回地区長会開催

平成28年度の第1回地区長会が4月20日、シルバーワークプラザ会議室で開催された。主な話し合い事項として、業務委託契約の確認 ボランティア活動の在り方 下校時安全パトロールの参加者減——の3点が取り上げられ各地区の取り組みや情報交換などを行った。

特に大きなテーマとなったのは、平成26年度には延人数で1000人を超えていた市内16小学校での下校時安全パトロール参加者が今年度は、大幅な減少(4面別表参照)となったこと。

各地区長はその原因や対策を探るとともに減少傾向にいかにして歯止めをかけるか、思い思いの意見、アイディアを述べ合った。

「入会歴が比較的若い層へのアピール不足」「班長、職群リーダーへの参加協力の働きかけを」「たのしいボランティア活動のあり方を模索」「地区会員、地域班内同志のコミュニケーションを大切にしたい」「あらゆる機会にボランティアへの参加を勧める」。こうした指摘や提案が相次ぎ、今後の取り組みとして地区長会を自主的に随時開催し問題解決を図ることを確認した。

### 定時総会 開催のお知らせ

平成28年度公益社団法人沖縄市シルバー人材センター定時総会を左記日程にて開催致します。

会員の皆様は必ずご出席ください。

- ・ 開催日 平成28年6月9日(木)
- ・ 時間 午後1時30分
- ・ 場所 沖縄市民会館中ホール

### シルバー人材センターの理念

**自主** 自分のものとして考え

**共働** 一緒になって働き

**自立** 自分たちの力で育てる

**共助** お互いに助け合う

第1回  
理事会

就業人員、配分金が  
プラスに転じる

平成28年度第1回理事会が4月26日、シルバークラブプラザ会議室で開催された。

議案第1号「正会員の入会」については、9人(男性5人・女性4人)が承認された。

その結果承認後の会員数は615人(男性350人・女性265人)となった。尚、3月の退会者は60人。

議案第2号「平成28年度定時総会の開催」については、6月9日(木)に沖縄市民会館中ホールで確認した。

目的事項は

- ・議案第1号「平成27年度事業報告」
- ・議案第2号「平成27年度収支決算報告及び監査報告」
- ・議案第3号「役員の選任」
- ・報告第1号「平成28年度事業計画及び収支予算」

承認第1号「理事及び監事候補者選考委員の選任」については、7人の同選考委員が原案通り承認された。

平成28年3月末実績では、会員数595人で38人の減(6%)、就業実人員477人で37人の増(8%)、就業延人員4358人で363人の増(9%)、配分金約2035万円で約229万円の増(12%)、契約金額約2532万円で約276万円の減(10%)。

平成23～27年度事業実績

	平成23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	前年比
会員数(女性)人	357	314	279	259	259	+ - 0
会員数(男性)人	476	428	382	374	336	38
会員数合計 人	833	742	661	633	595	38
就業者数 人	616	574	545	518	477	41
就業率 %	73.9	77.4	82.5	81.8	80.2	1.6
受注件数 件	2,350	2,191	2,313	2,647	2,520	127
契約金額 千円	350,673	334,394	337,728	332,388	296,733	35,655
配分金 千円	252,704	235,332	243,913	240,719	244,046	3,327

年度別事故発生状況

	平成23年度	24年度	25年度	26年度	27年度
傷害事故	7件	6件	3件	1件	4件
物損事故	4件	5件	4件	4件	4件
合計	11件	11件	7件	5件	8件

昨年比3件増  
27年度事故件数は8件

平成27年度に当センター内で発生した事故件数は8件、前年度に比べ3件の増加となり、非常に残念である。

事故内容は、物損事故4件、傷害事故4件。物損事故の3件は刈払機の飛石による車輛ガラスの破損、1件は運転の操作ミスによる事故。

傷害事故の2件は高齢者の身体的特性である転倒事故であり、2件は工具使用の不注意によるケガであった。今年度こそ「事故は絶対起こさない」と決意し、会員一人ひとりの健康管理と安全就業の徹底を図りたい。  
"安全・適正就業推進員 上江洲勝"

「見逃すなヒヤリで済んだあの経験」  
(全国統一スローガン)



「事故ゼロを目指そう」と新年度最初の連合との合同パトロールが4月19日、越来城水辺公園、中央公園（こどもの国）で行われた。

連合の昭屋栄安全・適正就業パトロール指導員は、トラック荷台への積み込み作業中の転落事故や通

## 事故ゼロを目指そう！ 連合と合同安全パトロール実施



路での転倒事故等の実例を挙げて危険予知の必要性を訴えた。また、上江洲勝安全・適正就業推進員は、昨年度の事故内容を分析しつつ「安全確認の連係プレーの重要性と併せて個々の健康管理に十分配慮願いたい」と促した。

## 電動ノコで小指怪我 8件目の事故発生

今年度8件目の事故が3月19日に発生した。傷害事故は3月4日に引き続き4件目。

- \* 事故内容… 木材裁断中の電動ノコによる右小指ケガ
- \* 発生日時… 3月19日午後1時10分頃
- \* 発生場所… 屋内木工作業場
- \* 事故発生状況… 壁部材(90cm×60cm)を左手で抑え、右手で電動丸ノコを使って裁断中、誤って右手小指が刃先に触れ、右小指中間骨裂傷を負った。
- \* 事故原因… 日頃の作業工程で慣れている工具を使用しての作業のため、緊張感を欠き、油断したのが原因と考えられる。
- \* 事故後の対応… 事故時、同僚会員が応急の止血(布切れで傷口を縛るなど)をし、本人自身が運転して病院で手当てを受ける。
- \* 再発防止対策… 事故の未然防止啓発は日頃から実施しているが、一層の安全意識の普及強化に努めたい。

### 無事故記録

平成28年3月20日  
～ 28年4月25日現在

37日



### 透かし編みブリムのハット講習会

ロマンチックな透かし編みの広ツバが、お顔に深い陰影を作り、エレガンスで紫外線もしっかりカット、お出掛けに如何ですか。

- ・講師 伊良波 初子
- ・日時 5月27日(金) 午前10時～
- ・定員 10名
- ・材料代 500円



### 5月のイベント案内

#### シニアのための健康体操

- ・講師 嘉陽 美沙子
- ・日時 5月17日(火) 午前10時～11時
- ・定員 10名
- ・参加費 無料



### 「ゆんたくまちや」情報

ゆんたくまちや電話 995・8423

# 今年も児童の安全を守ります！

## 下校時安全パトロールの強化で新年度スタート

地区活動

### コザ中校地区

コザ中校地区（上里謙信地区長）は4月20日、コザ小学校周辺、センター公園内の下校時安全パトロールを行った。この日は、会員4人と米田大作コザ小学校教頭、県警から伊禮豊警部補、知花貴一巡查、防犯アドバイザー要員の比嘉賢太さん、比嘉祥貴さんら4人も参加、三者合同での地区内及びセンター公園パトロールを実施。

声かけ件数が沖縄市内で年間20件も発生しており、児童の安全と保護者の安心、安全に大きく貢献している。



（写真前列右から）森竹邦良さん、上里謙信地区長、米田大作コザ小学校教頭、久場キクさん、佐久田清子さん（後列右から）伊禮豊さん、知花貴一さん、比嘉賢太さん、比嘉祥貴さん

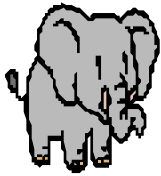
会員と県警生活安全課安全なまちづくり推進職員、コザ小教頭の三者合同で地域内のセンター公園内をパトロール



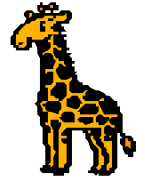
### 平成27年度 下校時安全パトロール 活動実績 (別表)

	学校名	27年度実績	26年度実績	差異
越来・宮里中校地区	越来小学校	0人	44人	44人
	宮里小学校	20	33	13
	<b>小計</b>	<b>20</b>	<b>77</b>	<b>57</b>
美東・東中校地区	比屋根小学校	51	22	29
	高原小学校	23	17	6
	美東小学校	16	15	1
	泡瀬小学校	45	42	3
	<b>小計</b>	<b>135</b>	<b>96</b>	<b>39</b>
安慶田中校地区	安慶田小学校	113	192	79
	室川小学校	32	99	67
	<b>小計</b>	<b>145</b>	<b>291</b>	<b>146</b>
コザ中校地区	諸見小学校	0	88	88
	コザ小学校	22	66	44
	中の町小学校	0	66	66
	<b>小計</b>	<b>22</b>	<b>220</b>	<b>198</b>
山内中校地区	島袋小学校	3	54	51
	山内小学校	118	76	42
	<b>小計</b>	<b>121</b>	<b>130</b>	<b>9</b>
美里中校地区	美里小学校	42	73	56
	美原小学校	158	98	85
	北美小学校	38	58	20
	<b>小計</b>	<b>238</b>	<b>229</b>	<b>9</b>
	<b>合計(690人)</b>	<b>681</b>	<b>1,043</b>	<b>362</b>

「下校時安全パトロール」への参加について  
 毎週水曜日に各中校地区で実施している「下校時安全パトロール」への参加会員が減少している状況にあります。「下校時安全パトロール」については、センター会員の活動をアピールする重要な取り組みとなっていますので多くの会員の参加をお願いします。



# 「こどもの国フェスタ」前に園内美化 69人が草刈・清掃ボランティア



子どもから大人まで楽しめるゴールデンウィーク恒例の「沖縄こどもの国フェスティバル」。同フェスタ開催を前に4月26日、当センター会員69人が来園者に気持ち良く利用してもらおうと、園内周辺の草刈・清掃美化活動を行った。参加したのは公園草刈グループ第1班(外間元二リーダー)、同2班(金城一成リーダー)、同3班(新里勝美リーダー)、同4班(諸喜田茂一リーダー)、こどもの国清掃班(与那嶺良子リーダー)のメンバー。参加者は約3時間、汗をかきながら作業し、周辺をきれいに仕上げた。

「毎年ボランティアで園周辺をきれいにして頂き、感謝しています。来園者にも喜んで頂けると思います」と同園こども未来課の東條公輝さんは話した。



- ・日時 5月18日(水)・19日(木)  
午後3時～5時  
(いずれか1日受講)
- ・場所 シルバーワークプラザ大会議室
- ・対象者 管理群班登録会員(必須)及び  
管理群班就業希望者
- ・連絡先 事務局 929-1361



「**管理群班必須**  
駐車場整理業務講習会」

サービスとマナーの向上を目指す

管理群班(嘉川宗義班長)は駐車場整理業務でのサービスとマナーの向上を目指して、今年度第1回目の講習会を開催します。

管理群班での就業を希望する会員さんは、ぜひこの機会にご参加ください。

# 就業現場めぐり



(写真右から) 喜如嘉朝榮さん、比嘉榮徳さん、幸地克信さん、喜屋武盛正さん、宮城幸雄さん、宮城幸清さん



(写真右から) 金城純一さん、登川清一さん、大城勝成さん、島袋清晴リーダー、儀間泰夫さん

「倉敷環境」のリサイクルセンター就業グループ(島袋清晴リーダー)は現在12人が平日4日間(水曜除く)交替で就業中。ベットや電化製品、自転車、家具等の産業廃棄物の解体処理を行っている。野外作業のため、「会員の健康管理には十分配慮、また大型機械が入って来た時には声を掛け合うなど、事故防止には最大の注意を心掛けています」と島袋リーダーは話す。

「倉敷環境」  
リサイクルセンター就業グループ



## 新入会員紹介

4月26日付で9人(女性4人・男性5人)が新会員として入会しました。地区の皆さんよろしく。

- 漢那 礼子 (美東・東中校地区)
- 古謝 博子 (美東・東中校地区)
- 照屋 宏 (美東・東中校地区)
- 国富 豊 (美東・東中校地区)
- 高良 スミ子 (美里中校地区)
- 高安 高信 (美里中校地区)
- 宜名真 吉春 (山内中校地区)
- 佐久本 朝政 (コザ中校地区)
- 具志堅 文子 (安慶田中校地区)

### 「刈払機取扱作業者に対する安全衛生教育」のお知らせ

「技術・技能及び

安全面の向上を目指す

- ・開催日 平成28年5月25日(水) 午前9時〜午後4時
- ・場所 シルバーワークプラザ大会議室
- ・参加希望者は5月23日(月)までに事務局へお申し込みください。
- ・参加人数によっては翌月に繰越しとなる場合があります。予めご了承ください。

### メタボの診断基準

- ・ウエスト周囲系 男性 85cm以上  
女性 90cm以上
- ・血圧 (最高血圧) 130 mmHg以上  
又は(最低血圧) 85 mmHg以上
- ・血清脂質(中性脂肪) 150 mg/dl以上  
又は(HDL) 40mg/dl未満
- ・血糖 (空腹時血糖) 110mg/dl以上



島袋成子 徳州会  
病院栄養管理室  
栄養士

あなたの体重は標準値以内ですか。  
メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満(内臓に脂肪が蓄積するタイプの肥満)に加え、高血糖、高血圧、脂質異常が複数みられる状態をいう。放っておくと、糖尿病、脂質異常症、高血圧症などの生活習慣病に発展しやすく、脳卒中や虚血性心疾患などを発症する危険性が高まります。

## 健康講話

よく噛んでゆっくり食べる  
食事と運動でメタボ予防

### 1日に必要なエネルギーの目安

- ・標準体重 = 身長(m) × 身長(m) × 22
- ・標準体重 × 25 ~ 30 Kcal
- 例えば 身長170cmの場合  
標準体重 = 1.7 × 1.7 × 22 = 63kg  
1日に必要なエネルギー  
= 63 × 25 ~ 30 = **1,575 ~ 1890 Kcal**

### 生活習慣をチェック

当てはまる項目が多いほどメタボになり易い

- 20歳の時から体重が10kg以上増加している
- 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していない
- 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していない。
- 同世代の同姓と比較して歩く速度が遅い
- この1年間で体重増減が±3kg以上あった
- 早食い、ドカ食い、ながら食が多い
- 就寝前2時間以内に夕食をすることが週3日以上ある
- 夜食や間食が多い
- 夜食を抜くことが多い
- ほぼ毎日アルコールを飲む
- タバコを習慣的に吸っている

### メタボは予防できる？

#### 食生活の改善

- ・1日に3回規則正しく食べる
- ・栄養バランスのよい食事
- ・甘い物を食べ過ぎない
- ・脂肪を摂り過ぎない
- ・夕食は軽めに
- ・薄味に慣れる

**無理のない運動を継続実施**  
軽い汗をかく程度で続けることが大切 = **継続は力なり** =



## 事務局だより

### 新入職員の横顔



業務(大工)担当及び  
就業開拓(4月1日付)  
比屋根正一

初めまして4月1日から嘱託職員に採用されました比屋根正一61歳です。  
生きがいづくり、生涯現役めざし頑張ります。よろしくお願ひします。

### \* サポート事業担当 (4月1日付)

上江洲 勝  
森竹 邦良

新年度より、会員拡大、就業機会の開拓・拡大をより強化するため、担当業務を変更

### 退任

福本 康治 (3月31日付)

### 就業相談日のお知らせ

毎週月・水曜日

午前10時~午後4時

シルバーワークプラザ会員研修室

お気軽にご相談ください。

**あなたの生活を真心でお手伝いします。**  
**生活援助・身体介護**

お食事の準備



食事介助

お洗濯



入浴介助・  
清拭・洗髪

お買い物



衣服の着脱  
の介助

お掃除



外出時の付き  
添い介助



**同好会**

- 三線
- 琉舞
- 手工芸
- ボウリング
- パソコン
- グラウンドゴルフ
- 書道

《あなたもシルバーで  
生きがいを見つけませんか》  
 市内に居住する60歳以上で就業や同好会、  
ボランティア活動を希望する方

**編集後記**

27年度の下校時安全パトロールの参加人数が前年に比し一部の地区を除き大きく後退した。4月20日に開催された地区長会終了後、全地区長が居残り対応を話し合った。

今後も自主的に会合を重ね、地区長間の連携を深め各種ボランティアの参加数の拡大に知恵を絞り、最大限努力する事を誓い合ったという。

この心意気に拍手喝さい。今後の地区長会の活躍に大きく期待したい。

**編集**

諸喜田 信敏  
 東條 正躬  
 田中 穰  
 比嘉 操

**5月の予定**

10日(火) 午前10時〜  
 新会員入会説明会

20日(金) 午前10時〜  
 理事会

25日(水) 午前9時〜  
 刈払機取扱い作業者  
 に対する安全衛生教育