

公益社団法人 広島市シルバー人材センター

令和5年度



事務局だより 3月号

会員作品展・文化教室作品展

3月2日(土)、3日(日)の2日間にわたり、中央公民館フェスティバルの開催に合わせて、当センターの会員作品展・文化教室作品展と祇園ソーイング班の展示販売を行いました。今年は教室3箇所とロビーを使用し、これまでにない規模の開催となり、会員や文化教室受講生の作品で会場全体を彩りました。



雪が舞う寒い日の開催となりましたが、たくさんの方に来場していただき、「どのように作っているのか」「自分もやってみたい」「展示販売を楽しみにしていた」など、大変好評をいただきました。



☆安芸出張所が移転しました☆

安芸出張所の事務所が、安芸区役所本館4階に移転しました。南側に面しており、明るく眺めの良い部屋です。

3月11日(月)から新しい事務所で営業していますので、お越しの際はお間違えの無いようお願いいたします。

これからも、会員の皆さまが気持ちよく来所いただける事務所を目指してまいります。



会議開催報告

シルバー活性化検討会議

2月29日（木）、シルバー活性化検討会議を開催し、令和5年度の重点的取組の実施状況やシルボン又全国大会の参加報告、令和6年度の取組の方向性について協議しました。

委員の皆様から、会員拡大や就業拡大の取組について、特にたくさんのご意見をいただきました。

また、今年度の重点的取組の一つであるデジタル化の推進に関連して、リニューアル中のホームページの概要について説明させていただきました。



理事会専門部会 会員部会

2月15日（木）、会員部会を開催し、令和5年度会員作品展の実施と令和6年度実施事業（案）について協議しました。

会員作品展については、作品の展示方法や来年度以降の開催方法など、積極的に意見交換していただきました。

また、交流カフェについては、同好会の活動写真や制作した作品の展示など、参加者を増やすための取り組みを提案していただきました。

令和6年度も会員研修見学会や健康増進事業など、会員の皆さんにとって有意義な企画をしていきます。



会員募集パンフレットを作成しました

この度、新しい会員募集パンフレットを作成しました。

当センターの会員に取材協力していただき、仕事のやりがいや楽しみを紹介するなど、充実した内容に仕上がっています。1週間のスケジュールは、私生活と両立した働き方の参考になると思います。

早速、会員作品展・文化教室作品展の会場で配架しました。今後も、さまざまな場面で活用し、会員拡大へつなげていきます。



(表面)



(裏面)



(中間)

会員拡大の取組

入会説明会・市民講習(いきいき美容教室)

2月13日(火)、市民講習「いきいき美容教室」を開催しました。資生堂ジャパン株式会社様を講師としてお招きし、お化粧品や顔と手のお手入れ方法など、実践を交えながら講習していただきました。

今回は、お手入れにフレイル予防を取り入れる方法や、美容が日々の健康維持にもたらす効果も教えていただきました。

参加者の皆様は、たくさんのメイク道具に驚きながらも、積極的に挑戦されていました。

後半の入会説明会では、シルバー事業の取組について熱心に聞いていただき、とても有意義な講習会となりました。



高齢者活躍人材確保育成事業連絡会議

2月15日(木)、厚生労働省広島労働局、広島県商工労働局、広島県シルバー人材センター連合会が参加して開催された高齢者活躍人材確保育成事業連絡会議に当センターも出席し、シルバー事業の状況や各所の取り組みについて協議しました。



広島市地域女性団体連絡協議会

2月25日(日)、広島市総合福祉センターで開催された広島市地域女性団体連絡協議会の文化教室発表会において、参加者約300人に当日のプログラムと一緒に当センターの会員募集パンフレットを配布していただきました。



就業機会拡大の取組

広島商工会議所

2月15日発行の広島商工会議所所報に、当センターの仕事募集チラシを同封し、約9300の事業所に配布していただきました。



広島市立中央図書館

3月8日(金)、広島市立中央図書館と映像文化ライブラリーを訪問し、令和8年のエールエールA館への移転に伴う図書管理など、いろいろな場面で当センターを活用していただくようお願いしました。



移転後のフロアの整備イメージ

※広島市HP

交流カフェ

広島市シルバー人材センター 本部4階研修室

2024年4月1日(月)

9:30~11:30

本部の交流カフェでは、切り絵同好会も活動しています!

広島市シルバー人材センター 佐伯支部

2024年3月15日(金)

9:30~11:30

会員交流・情報交換の場です。ぜひご参加ください!

高齢者いきいき活動ポイント対象事業(1ポイント)

いき
いき

ウォーク同好会からのお知らせ

春の活動では、廿日市市の住吉堤防敷までお花見に行きます!
お気軽にご参加ください!!

日 程 3月30日(土)

集 合 午前10時30分 JR廿日市駅 改札口付近

持 参 物 飲み物 昼食

参加申込 本部事務局までお電話ください 082-223-1156



スマホ教室を開催しました

2月20日(火)、21日(水)に、「スマホ教室」を開催し、2日間で34人の会員が参加されました。

ソフトバンク(株)様を講師としてお招きし、実際に機器を操作しながら、LINEなどのよく使用するアプリから決済アプリの操作方法まで、具体的に分かりやすく説明していただきました。

来年度は、「Smile to Smile 講座」を開催する予定です。仕事をする上で、とても重要で役に立つアプリなので、ぜひご参加ください。



事故発生状況

(各年度2月末現在)

区分	令和5年度	令和4年度	差
傷害事故	24件	23件	1件
賠償事故	20件	26件	△6件
計	44件	49件	△5件

安全はすべてにおいて優先する



★3月の安全スローガン

身の廻り 周囲の確認 しっかりと



「植木スクール」事前説明会を開催しました

2月19日(月)、20日(火)、本部で令和6年度「植木スクール」の事前説明会を開催し、両日で16人(うち会員13人)が参加されました。

参加者の皆様は、真剣な面持ちで事務局の説明に聞き入り、内容や日程等について、意欲的に質問されていました。

今後は、受講申込書を提出された方を対象に書類審査と面談を行い、受講者を決定します。



こどもの見守りにご協力ください

広島市では、「子どもの見守り活動10万人構想」をキャッチフレーズに、次代を担う子どもたちを地域全体で守っていく体制づくりを推進しています。当センターでも、この趣旨に賛同し、平成18年5月から子どもの見守り活動に参加しています。

右写真のワッペンを着用し、就業現場への行き帰りや就業の合間などを活用して、無理のない範囲で子どもの見守りやあいさつなどの声掛けにご協力をお願いします。



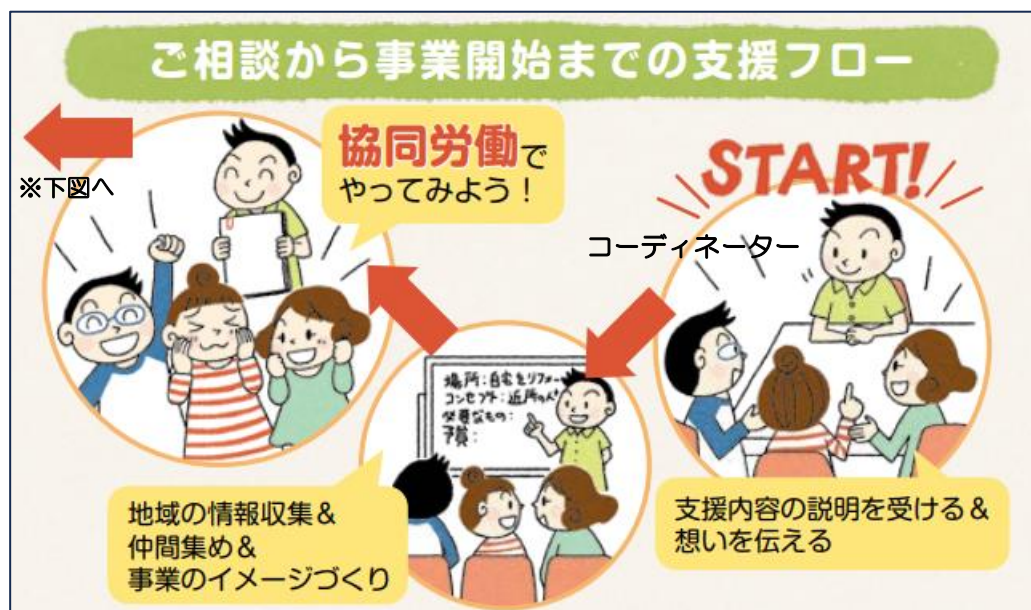
協同労働について（支援の流れ・Q&A）

1 協同労働団体設立の支援の流れ

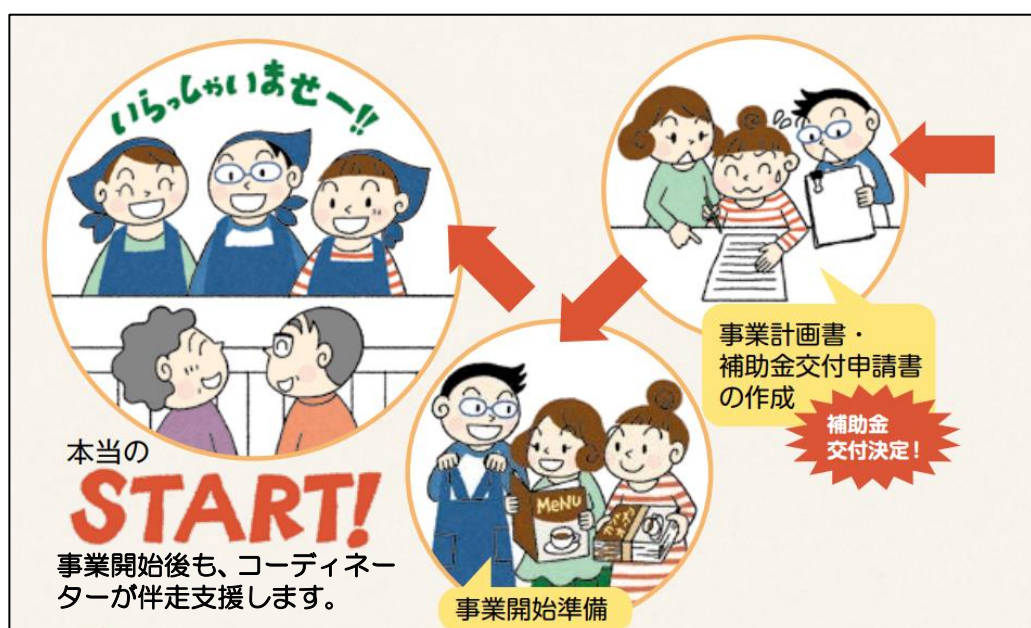
協同労働団体の設立に当たっては、広島市「協同労働」プラットフォームのコーディネーターが、事業の立ち上げからその後の運営まで、皆さんの地域での悩みに寄り添って支援します。

相談内容によって変わりますが、相談から事業開始まで、以下の支援フローで3か月から1年程度が必要となります。

- ・地域の情報収集、仲間集め、事業のイメージづくり



- ・事業計画書、補助金交付申請書の作成



本当の

START!

事業開始後も、コーディネーターが伴走支援します。

事業開始準備

2 協同労働に関するよくある質問と回答

広島市「協同労働」プラットフォームでは、個別相談をいつでも受け付けています。

また、定期的に学習会も開催しており、地域で活躍している協同労働団体の話を直接聞くことができます。ここでは、よくある質問と回答をご紹介します。



Q1 相談に乗ってもらったら、必ず協同労働を活用して事業を立ち上げないといけないの？

A1 協同労働は、あくまで地域課題の解決のためのツールのひとつです。

相談していく中で、目的を達成するために、別のやり方が適していると思えば、途中から変えていただいてもかまいません。(ただし、広島市「協同労働」プラットフォームの支援は、協同労働を活用することを検討している期間のみ受けられます。)

Q2 出資ってどういうこと？ 出資するだけでお金がもらえるの？

A2 出資と聞くと、ハードルが高そうに感じるかもしれませんが、「事業に必要なお金を出し合う」とイメージしましょう。代表や一部のメンバーだけではなく、全員がお金を出し合って、一人一人が責任を持って事業運営に携わります。

出し合う金額は、団体さんによってさまざまです。団体規約をつくるときに一口〇〇円と決めます。広島市が支援している団体さんの一口当たりの金額は、おおよそ1,000円から1万円です。

また、出資したというだけでお金がもらえるわけではなく、事業によって得た収益の中から働いた分だけ配分されます。

Q3 立ち上げ費用は、どれくらいかかるの？

A3 立ち上げ費用は、事業の内容や規模によってさまざまです。例えば、メンバーが既持っている道具や機械を使うことにして、チラシなど広報費用が数万円かかった団体さんもいれば、カフェを開業するために、キッチンをリフォームしたり、エアコンを新たに購入したりして、100万円以上かかった団体さんもいます。

Q4 補助金の申請は、難しそう。

A4 広島市「協同労働」プラットフォームが、補助金を申請する準備として、必要に応じて事業のアイデア出しや整理、事業計画・スケジュールづくりなどをお手伝いします。地域の理解を得るために、町内会長さんをはじめとする応援してくれる地域の方々への説明にも同行します。

補助金交付決定後も、運営に関して何か知りたいことや不安なことがあれば、いつでもご相談ください。

Q5 「経営」なんてしたことないから、とても不安。

A5 一般的な企業の経営とは異なり、協同労働では、事業の方針、年間・月間の収支計画・目標などを全員で話し合って決定します。誰かに命令されるわけではなく、自分達で決めた内容に全員で取り組んでいくことが、協同労働の基本的な考え方です。

事業を運営する中で困ったことがあれば、広島市「協同労働」プラットフォームにご相談ください。解決に向けて一緒に考えましょう。

Q6 事業によって得た収益はどうするの？

A6 収益は、メンバーに働いた分だけ配分するだけでなく、持続可能な運営をする資金として、しっかりと管理することが必要です。例えば、「1時間1,000円の仕事をしたら、200円を団体の運営資金に、800円を働いたメンバー本人に配分する」というように、どの仕事はいくらで引き受けて、いくら配分するか、赤字を出さないために収支計画を全員で考えて、実行しましょう。

Q7 働いたら、最低賃金の金額以上がもらえるの？

A7 「協同労働」を活用する任意団体のメンバーとして働く場合は、使用者の指揮命令を受ける労働者ではないとされ、最低賃金の適用対象となりません。
ただし、2022年10月から設立可能となった「労働者協同組合」として事業を行うのであれば、組合は組合員に対し、最低賃金を保障しなければなりません。

Q8 万一、事故や怪我にあった場合の保障は？

A8 広島市が支援する団体さんには、事業の規模などに応じた保険に必ず加入していただくことをお願いしています。

これまでの学習会の案内

令和5年度広島市「協同労働」促進事業
「協同労働」学習会
11月21日(火) 10時~12時
~地域に役立つ仕事おこし~
会場：広島市南区民文化センター3階 大会議室A
(広島市南区比治山本町16-27)
地域課題の解決に向けて、仲間と取り組む働き方を学んでみませんか？
この度は、平成27年から活動されている協同労働団体「すまいるワーク」をお招きして、活動内容をご紹介いたします。
● 公休でも気軽に参加いただけます。
● 公共交通機関でお越しください。
無料

令和5年度広島市「協同労働」促進事業
「協同労働」学習会
1月16日(火) 10時~12時
~地域に役立つ仕事おこし~
会場：広島市佐伯区地域福祉センター6階大会議室
(広島市佐伯区舞鶴1-4-5 佐伯区府前別館)
地域課題の解決に向けて、仲間と取り組む働き方を学んでみませんか？
この度は、西区で活動されている団体「みんなのびん広場」の代表をお招きして、活動内容をご紹介いたします。
● 公休でも気軽に参加いただけます。
● 公共交通機関でお越しください。
無料

令和5年度広島市「協同労働」促進事業
「協同労働」学習会
2月10日(土) 10時~12時
~地域に役立つ仕事おこし~
会場：広島市シルバー人材センター4階 研究室
(広島市中区西白島町23-9)
地域課題の解決に向けて、仲間と取り組む働き方を学んでみませんか？
この度は、安芸北区で活動されている協同労働団体「暮らしの保健室 龜山」をお招きして、活動内容をご紹介いたします。
● 公休でも気軽に参加いただけます。
● 公共交通機関でお越しください。
無料

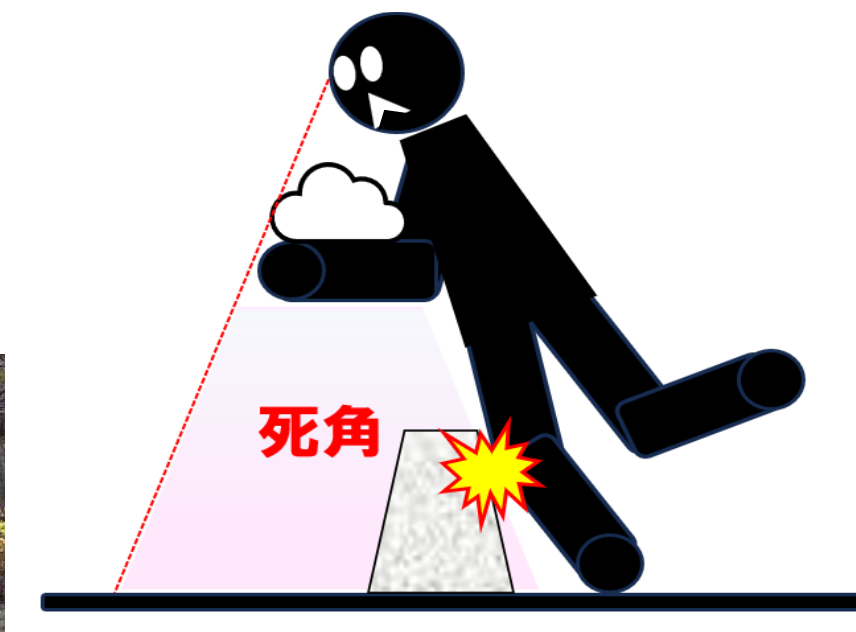
協同労働について、詳しく知りたい方は広島市「協同労働」プラットフォームまで、お問い合わせください。

広島市「協同労働」プラットフォーム
受託団体：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団
〒730-0005
広島市中区西白島町23-9
広島市シルバー人材センター内4階
電話番号 082-554-4400 (土日祝を除く10時~18時)
FAX 082-554-4401
ホームページ <https://kyodo-rodo.jp>
E-mail platform-hiroshima@roukyou.gr.jp

先日、当センター会員が河岸緑地公園を清掃中、コンクリート製の車止めに足を引っ掛け転倒し、足の骨折、打撲、顔面挫傷などの大けがをする傷害事故が発生しました。

集めたゴミを抱えていたためか、足元が死角となり、車止めが目に入らなかったようです。

前もって危険個所を十分把握し、自身の安全確保に努めてください。



会員専用サイト

Smile to Smile に登録しましょう！

Smile to Smile (スマイル トゥ スマイル) は、
シルバー人材センターと会員とのコミュニケーションツールです。
「センターからのお知らせ」や「就業情報」、「配分金明細の確認」など、
センターからの情報をいち早く受け取ることができます。
登録を希望される方は、センターまでご連絡ください。(Tel223-1156)

サービス利用までの流れ(概要)



就業情報



配分金明細の確認



Smile to Smile の登録方法の説明を行っています

交流カフェやスマホ教室で、Smile to Smile の登録作業をお手伝いしています。事務局の職員が対面で、一つずつ作業を進めていきますので、ご自分のペースでゆっくりと行うことができます。(下の写真は、交流カフェでの様子です。)



登録に来られる際は、スマホの「ID」と「パスワード」を持ってきていただくと、作業がスムーズにできます。(メールの受信設定などが必要な場合に使います。)



便失禁

—一人で悩まず相談を—

指導：藤田保健衛生大学病院 国際医療センター長・教授 前田 耕太郎

企画：
日本医師会

No. 498

珍しい症状ではない便失禁

日常生活の中で「便意を感じてトイレにかけ込んだが間に合わなかった」「知らぬ間に下着が汚れていた」といったことはありませんか？ 無意識または自分の意志に反して、肛門から便が漏れる症状を「便失禁」といいます。日本では65歳以上の男性8.7%、女性6.6%にみられ、決してまれな病気ではありません。この便失禁の治療は海外では積極的に行われており、日本でも2017年に初の「便失禁診療ガイドライン」が策定されました。



高齢者以外にもみられる病気

排便には肛門括約筋かつやくきんを使いますが、この機能が加齢により低下することが便失禁の一般的な原因です。他にもさまざまな原因があり、高齢者だけに起こるわけではありません。出産や直腸がん、痔などの手術の後遺症、事故などによる脊髄損傷せきずいに伴うもの、認知症や脳梗塞、糖尿病を患っている場合も、肛門括約筋の機能の低下や直腸の感覚の衰えにより便意を感じにくくなるため、注意が必要です。

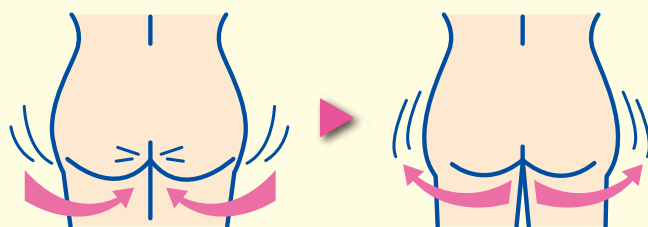
治療でスッキリ快適に

便失禁の症状は薬で改善することが多いのですが、その他にもさまざまな治療法があります。日常生活のなかでできる改善策としては食物繊維の摂取、アルコールやカフェインの入った飲み物を控える、右図の骨盤底筋訓練（お尻の筋力トレーニング）などです。

恥ずかしさから受診をためらう方も多い便失禁ですが、尿の失禁と同じように治療ができる病気です。まずはかかりつけ医に相談し、専門医の紹介を受けましょう。

骨盤底筋訓練(ケーゲル体操)の例

あお向けに寝て、腹筋に力を入れないように気をつけながら行います。



① ぎゅっと締める

骨盤底筋(尿道・肛門・腔)を10秒ぎゅっと締めます。

② ゆるめて休む

骨盤底筋をゆるめ20秒休みます。

①～②を10～20回繰り返すのを1セットとし、毎日3～5セット行ないます。

腹筋に手を置いて行なうとよいでしょう。基本姿勢でできるようになったら、いろいろな姿勢で行います。慣れてきたら、通勤途中や入浴中、家事などをしながら体操してみるのも効果的です。

〔便失禁診療ガイドライン2017年版〕より作図