

# シルバーとうきょう

## SILVER TOKYO

### INDEX

#### 【安全就業特集】

2P 令和元年度シルバー人材センター安全大会

☆令和2年度 安全就業標語募集中

4P 安全就業優良シルバー人材センターの取組

- ★(公社)豊島区シルバー人材センター
- ★(公社)北区シルバー人材センター
- ★(公社)福生市シルバー人材センター
- ★(公社)檜原村シルバー人材センター

6P 安全就業パトロール報告

～令和元年度前半を終えて～

8P ●シルバー人材センター等労働者派遣事業

●「シニアしごとEXPO2019」にて派遣就業しました!

●就業開拓推進モデルセンター トピックス

- ★(公社)文京区シルバー人材センター
- ★(公社)清瀬市シルバー人材センター

●これからシルバー応援フェスタ

10P ●シルバー人材センターの強みを活かす福祉・家事援助サービス

11P ●会員による会員のためのフレイル予防事業

- ★(公社)西東京市シルバー人材センター

12P ●適正就業の取組

- ★(公社)台東区シルバー人材センターの請負就業の流れとポイント

14P ●高齢者活躍人材確保育成事業  
連合インフォメーション

☆シルバー人材センター写真展



杉並区:食事づくり講習会



多摩市:  
文化財施設での  
火焚き

荒川区:お寺での御朱印筆耕



武蔵野市:こどもワークショップ



江戸川区:動物園内の清掃

三鷹市:広報誌の配布



# 令和元年度 シルバー人材センタ

令和元年9月20日(金)、東京しごとセンター講堂にて、令和元年度シルバー人材センター安全大会を開催し、都内シルバー人材センター役員、関係機関・団体等165名にご出席いただきました。

大会では、財団笹沼理事長の挨拶後、まず安全就業優良シルバー人材センターならびに安全就業標語の表彰式が行われました。

今年度の安全就業優良シルバー人材センターとして、豊島区シルバー人材センター、北区シルバー人材センター、福生市シルバー人材センター、檜原村シルバー人材センターが選定され、表彰されました。[写真1] [写真2] [写真3] [写真4]

令和元年度安全就業標語は、応募総数3,077点の中から最優秀作品2点、優秀作品8点が表彰されました。最優秀作品受賞者の2名には入選標語ポスターと副賞品が、優秀作品受賞者には副賞品がそれぞれ贈られました。

表彰式に続き、安全就業優良シルバー人材センターの安全就業に関する事例発表、外部講師を招いての講演が行われました。

講演は、日本転倒予防学会理事長の武藤芳照氏にご登壇いただき、「高齢者の転倒予防について」をテーマに、日本の高齢化の現状や転倒による事故の増加を踏まえ、転倒予防の重要性をお話いただきました。

日本は総人口に占める65歳以上の割合が28.1%と最長寿国のひとつであり、70歳までの雇用機会確保への動きがあるように、高齢勤労者が増大しています。それに伴い、60歳以上の労働



写真1:豊島区



写真2:北区



写真3:福生市



写真4:檜原村



写真5:標語受賞者

## 令和2年度 安全就業標語募集中!

東京都連合では、会員の安全就業に対する意識向上に活用するため、都内シルバー人材センターを通じて以下のテーマで標語を募集しています。

テーマ1 「就業中および経路途中の交通事故防止」

テーマ2 「センターごとに設定したテーマ」

■応募方法: 都内各シルバー人材センターにご応募ください。

■締 切: 各センターの応募締め切りをご覧ください。

※最優秀作品は、令和2年度の安全啓発ポスター等に掲載させていただきます。

# 一安全大会

災害も増加していますが、これは自己効力感（自分でできると予測していること）と実際の身体能力とのギャップが大きいことも一因と考えられるとのことです。

また、平成29年人口動態統計によれば、交通事故死は5,000人ほどに減少している一方、転倒・転落死は9,700人弱と、交通事故死の約2倍となっていることから、転倒予防は社会全体が取り組むべき喫緊の課題だと述べられました。

なお、武藤氏は、「歩く」「またぐ」「昇って降りる」という3種類の動きによる「健脚度」（脚の老化度）を診断する方法を考案されています。健脚度の低い高齢者ほど寿命が短いという調査結果



講演 武藤芳照氏



開会挨拶 財団笹沼理事長

から、片脚立ちを意識することが重要だということでした。

その他、芸能人の転倒による骨折等の事例や日本転倒予防学会が募集・選定した転倒予防川柳、建物・構造上の転倒要因として『ぬ・か・づけ』（「ぬれているところはすべて転びやすい」「かいだん・段差はつまづいて転びやすい」「片づけていないところは転びやすい」）などをご紹介いただきました。

参加者からは、「ユーモアを交え、とても興味深く勉強になった」「『意識が変われば行動が変わる』という言葉が心に響いたので、日常生活で実践する」など、大変好評な声をいただきました。

## 〈安全宣言〉

東京都シルバー人材センター連合では、平成27年、「安全はすべてに優先する」の基本理念のもと、安全就業の基本方針として「安全宣言」を設定いたしました。この「安全宣言」は、シルバー人材センターにおける安全就業推進を一層強化していくため、今年度も引き続き掲げてまいります。

安全大会では、財団事務局次長が「安全宣言」を読み上げ、続いて出席者全員で唱和を行いました。



安全宣言の唱和



### 安全宣言

東京都の全てのシルバー人材センターは、「安全はすべてに優先する」との基本理念のもと、組織一丸となって、事故ゼロを目指す。

- 1 危険または有害な作業を内容とする業務は受注しない
- 1 事故の未然防止のために必要な知識・技能の情報を共有する
- 1 事故の情報を分析し再発防止を徹底する

平成27年7月1日  
東京都シルバー人材センター連合



# 安全就業優良シルバー人材センターの取組

## 公益社団法人豊島区シルバー人材センター

### 1.安全管理体制について

安全管理委員会は15名で構成されており（理事2名、会員13名）、年6回会議を開催、年4回約50箇所の就業現場巡回指導、事故会員への聞き取り調査などを行っています。

### 2.熱中症対策

屋外での就業会員を中心に、塩タブレットやクールスカーフなどを提供しています。また、昨年度より製薬会社による熱中症対策講座を行い、延べ100名の会員が出席して未然防止対策を図っています。

発注者へ炎天下時の作業軽減の要請と共に、特に、植木剪定・除草作業では8月お盆前後の約1～2週間程度を夏季休暇として設定しています。

### 3.転倒予防対策

昨年度からは「バリアフリーボックス」\*を導入して、「としまる体操」と合わせて会員の健康管理・体力維持に

よる転倒予防対策に取り組んでいます。今後はフレイル対策にも取り組みます。

### 4.研修会・講習会の充実

平成26年度よりセンター独自に安全大会を開催しています。毎年、安全対策の上で重要なテーマや講師を選定し、約100名を超える会員が出席しています。

職種別に事故率が高い植木剪定・清掃作業の会員研修では、安全講習を開催し、今後は自転車駐車場や児童通学案内などの研修会でも安全講習を組み入れる予定です。

### 5.今後の安全対策について

会員の高齢化が進む中で、健康管理や体力維持のための体力測定会の実施や、自転車利用の会員に対する自転車講習会の実施などを積極的に計画し、更なる安全対策を図っていきます。

\*高齢者・障がい者向けに開発されたエアロボックス

## 公益社団法人北区シルバー人材センター

### 1.北区シルバー人材センターについて

直近の事故件数は減少傾向にあり、平成28年度18件、平成29年度14件、平成30年度12件と推移しています。内訳としては就業中、就業途上あわせて転倒によるケガが多く、毎年、事故件数の半数近くは転倒によるものとなっています。

### 2.自転車用ヘルメットの無償配布

平成28年度より、就業現場への移動に自転車を使用する会員を対象にヘルメットの配布を始め、平成30年度までの3年間で配布個数は480個です。平成29年に6件あった「就業途上による自転車の転倒事故」は、平成30年度では0件となり、会員の意識向上にもつながっています。

### 3.月末月初の健康相談

看護師資格を有する会員の協力のもと、月末月初に会員の健康相談を平成29年11月より開始しました。就業報告書を事務局に提出しに来る会員に健康相談を勧めています。

### 4.その他の活動

①救急情報カードを入会時に全会員に配布し、携帯することを要請しています。緊急連絡先や服薬情報、

持病等を記載し、緊急時に備えることを徹底しています。

救急情報カード（表）

（裏）

②80歳以上の就業会員および指定管理者として就業している自転車駐車場の会員には毎年健康診断書のコピーの提出を依頼しています。

③児童交通指導員や公園清掃等の屋外就業といった公共関係の受注契約の一部では、今年度より「高温注意報」などの発令があった場合、就業を中止できるよう仕様書に盛り込んでいます。

## 公益社団法人福生市シルバー人材センター

### 1. 緊急時の連絡先として緊急コールセンターの設置

事務所の営業時間外での緊急事態発生時、緊急コールセンターを通じて職員に連絡ができる体制を構築しています。会員証の裏面に緊急コールセンターの電話番号を貼り付け会員への周知徹底を図っています。

### 2. 夜間における一人就業現場の安全連絡の徹底

夜間の就業グループ間で相互連絡を行い安全の確認を徹底しています。相互連絡時に連絡が取れない場合については、早急に緊急コールセンターに連絡を入れることとしています。

### 3. 新規会員の入会時の安全就業基準の順守誓約書の提出の徹底

入会説明会の資料に安全就業基準を配布し、それについての順守誓約書を入会時の提出資料としています。

### 4. 植木班でのチェックリストを用いた道具(脚立・チェーンソー等)の確認

道具の外観や機能性について、センター独自で定めた廃棄基準を基にチェックリストを作成し、植木班のリーダーと安全就業推進員で毎月一回、確認しています。点検の結果、基準を超える場合や不備がある場合については使用禁止とし廃棄します。

### 5. 事故再発防止検討委員会の設置

会長・安全管理委員長・事務局長・安全就業推進員および事故の聞き取りを行った担当職員をメンバーとして事故再発防止検討委員会を設置し、事故原因の究明や再発防止の具体的対策及び該当会員の措置について検討を行っています。

その他、AED研修や自転車シミュレーター交通安全教室を開催し、会員相互の安全意識の高揚と啓発を図っています。

## 公益社団法人檜原村シルバー人材センター

### 1. 事故の発生状況

傷害・賠償ともに過去6年間、事故ゼロであり、今年度も無事故を継続しています。

### 2. 安全管理委員会の体制について

理事2名、地域班長2名、草刈・管理業務など職群別に選任された代表会員5名、職員1名の計10名体制です。委員会は年間5回開催し、安全講習会等の開催、安全巡回パトロールを行っています。

### 3. 安全・適正就業強化月間

7・8月を安全・適正就業強化月間と定め、熱中症対策グッズおよび殺虫剤等の配布、センター入り口へ安全就業強化月間看板の掲示、職員や理事等の役員による安全巡回の強化を行っています。



安全管理委員による安全巡回の様子

### 4. 通常業務における安全対策

- ①受注の際は、リスクを回避し事故を未然に防ぐことを目的として、発注者・就業会員・職員の三者での現場確認を行います。
- ②職員による安全巡回パトロールを年間100回以上行っています。職員が積極的に現場へ顔を出すことで会員の体調や、安全に配慮して作業を行っているかの確認をし、事故の防止につながっています。
- ③毎月固定で就業しているものはすべて事務局でシフト表を作成しています。会員一人に仕事が集中しないよう割振りができ、疲労の蓄積等から来る事故のリスクを低減しています。

### 5. まとめ

規模が小さいセンターならではの対策ですが、職員が現場に多く行き、会員の疲労が溜まっていないか、問題なく作業できているかをできる限り把握し、会員に無茶をさせないことが最も重要だと考えています。

# 安全就業パトロール報告

～令和元年度前半を終えて～

安全就業パトロール指導員 永谷 秀司

令和元年度は10月末現在で、36センターを訪問させて頂きました。

関係者の皆様には、お忙しいなか就業現場の巡回と安全就業にかかる調査・相談にご協力頂きありがとうございました。

巡回訪問したセンターにおける安全就業対策の重点項目について、前年度実施状況および今年度実施計画を報告いたします。

## 平成30年度重点項目の実施状況

### (1)「安全就業基準(作業別含む)」の遵守の徹底

昨年度に引き続き重点事項として取り組んで頂いています。

「安全就業基準」は32センターで、入会説明会や入会者研修時に、「作業別安全就業基準」は、31センターで該当職種就業時に配布・説明・遵守要請が行われていました。また、既存会員には「安全心得10ヶ条」のチラシを配布・掲示、あるいは会報や会員手帳に掲載し遵守を呼びかけていました。

安全就業基準については会員自身が内容を理解し、納得しなければ遵守の徹底を図ることができません。そのためには職種別や地区会合および安全研修会、あらゆる機会を捉えて遵守要請することが必要です。

また、遵守状況の確認・把握の方法として「安全パトロール時の点検項目とすること」を強く求めています。

### (2) 経路途上の安全確保

平成30年度は、特に自転車利用時の安全確保に注力してきましたが、経路途上の事故のうちの約7割を自転車事故が占めており、件数的にも減少に至りませんでした。

島嶼部など自転車利用の少ないセンターを除くと、全てのセンターで自転車安全走行の啓発が行われています。好事例として、総会時あるいは毎月の配分金明細手渡し時に自転車安全点検を実施し、自転車安全意識の高揚につなげているセンターがありま

した。

また、各センターを会場とした自転車シミュレータ教室等の自転車安全講習会は22センターで開催されてきました。



自転車の運転マナー及び安全運転研修の様子  
(世田谷区シルバー人材センター)

### (3) 安全管理委員会の活動の活性化 (傷害・賠償責任事故防止)

「事故の要因分析と再発防止策の検討、実施」は安全管理委員会の重要な役割として捉え、指導しています。全てのセンターで定例の安全管理委員会あるいは事故防止検討会と言った小委員会で事故の検討が行われていました。検討結果は会報、安全ニュースを通して全就業会員に、職群特有の事故は職種別会合で事故者のグループに周知されていました。

しかしながら、再発防止策を具体的な行動につなげているセンターはわずかでした。事故事例から就業現場の危険表示、作業手順書への反映により「危険の見える化」を行うなど、組織的且つ迅速に対応することが求められます。

## 植木の剪定作業における安全対策

平成30年度は植木剪定の脚立作業における墜落・転落事故が多発しました。安全就業対策のなかに「就業時における作業用具の安全使用の徹底」とあることから、就業現場巡回指導のポイントとしています。新たな対応として三脚脚立の閉じ止め金具の装備があります。「使い勝手が悪い、作業がやり難い」との声をお聞きしますが、万が一の事故防止策として使用を訴えています。併せて、作業現場の状況によっては、脚立の安定性を高めるために「脚立と樹木をロープで結束する」ことの徹底をお願いしています。



「閉じ止め金具」を三脚脚立とセットにして装備している (武蔵野市シルバー人材センター)



脚立と樹木をロープで結束している (荒川区シルバー人材センター)

## 「熱中症予防」の取組

平成30年度は酷暑により熱中症による事故が多数報告されたことから、各センターで啓発活動が活発に行われていました。熱中症対策セミナーの開催、スポーツドリンクや塩飴を無料で提供、ネッククーラー等のグッズの配布、加えて地域ブロックまたはセンター独自で熱中症計(WBGT測定器)を準備し、就業現場に配置していました。

また、高温注意情報あるいは熱中症予防情報をもとに、酷暑期における就業ガイドラインの作成を検討、あるいは既にガイドラインを作成し運用しているセンターがありました。



## 令和元年度重点項目の実施計画

「『安全就業基準(作業別含む)』の遵守の徹底」と「安全管理委員会の活動の更なる活性化」に加えて「安全確保のための健康管理(生涯現役に向けた健康づくり)」を重点事項として、巡回と安全就業にかかる調査・相談を進めています。

特に、会員ひとりひとりが健康について意識を高め、事故防止につなげることを目指しています。新島村シルバー人材センターでは、毎朝事務所前に集合して準備体操を行い、体をほぐすと同時に就業前の体調確認を行っていました。

重点項目を意識し、安全対策基本計画に沿った年間実施計画を確実に実行することで、事故の未然防止につながると考えています。



就業前に怪我をしないよう準備体操 (新島村シルバー人材センター)

# シルバー人材センター等労働者派遣事業

令和元年度上半期は事業所開設52地区のうち、45地区事業所において事業を実施しています。

令和元年度上半期の事業実績は下記のとおりで、今年度も昨年度同様に実績は順調に伸びています。

令和元年度上半期の事業実績が伸びた要因は、事業を実施した地区事業所が33事業所から45事業所で派遣事業の受注となったこと、また、適正就業の観点から請負就業から派遣就業への切り替えが進んだことが要因になっています。また、派遣手数料を25%から22%に引き下げたことも受注が進んだ要因になっていると考えています。連合としては引き続き適正就業の促進に向け、派遣就業への切り替えが円滑に進む支援を行っていきます。

|        | 会員数<br>(人) | 受注件数<br>(件) | 契約金額<br>(千円) | 就業延人員<br>(人日) |
|--------|------------|-------------|--------------|---------------|
| 令和元年度  | 6,068      | 2,892       | 588,117      | 101,554       |
| 平成30年度 | 4,508      | 2,036       | 400,553      | 72,604        |
| 増減比    | 34.6%      | 42.0%       | 46.8%        | 39.9%         |

受注職種は、サービスの職業が44.6%、事務的職業が22.9%、軽作業が18.7%となっており、サービスの職業のうち、保育補助が4割を占めています。

事業実績が伸びたことにより、就業されている会員の事故の発生も増えてきています。請負とは異なり、就業中の事故が大半をしめています。事故の多くは転倒、躓きが原因になっています。一部には職場環境を改善する必要があると思われる派遣先もありますが、会員が気をつければ回避できた事故もあります。引き続き、会員が安全（健康）に就業できるよう、安全就業の周知・徹底に取り組んでいくことが必要になります。

なお、昨今の高齢者の自動車運転事故が相次いでいる中、自動車運転業務に関しては、従来から運転実務講習を年1回受講することを条件に就業しており、連合として「自動車運転業務講習」を開催しています。

## 「シニアしごとEXPO2019」にて派遣就業しました!

東京都は、これからの働き方を、楽しいイベントやシニア就職面接会を通して考える「シニアしごとEXPO2019」を実施しました。第1回の新宿会場では10月11日（金）に豊島区シルバー人材センター会員が、第2回の立川会場では10月23日（水）に立川市シルバー人材センター会員が派遣就業として、会場の案内係やアンケート・スタンプラリー系の業務を担いました。



〈案内係〉来場者のご希望に沿って案内する会員。ホスピタリティあふれた対応は、シルバー会員ならではの。



タブレット操作練習

〈アンケート係〉ICT化の時代に対応して、アンケートは来場者にタブレットで回答していただきました。タブレット操作に不安そうな来場者に、ていねいな説明でサポートする会員。

〈スタンプラリー係〉スタンプをそろえた来場者には笑顔を添えてプレゼントを配布。



タブレットを用いたWEBアンケート



# 就業開拓推進モデルセンター トピックス

～介護施設・保育施設の補助業務で地域貢献を～

(令和元年11月末現在)

## 文京区シルバー人材センター

### 派遣事業が順調にスタート!



#### ●介護補助事業

文京区と連携し5カ所の特別養護老人ホーム、5カ所の在宅サービスセンターで、30人の会員が就業されています。会員募集は、文京区主催の介護施設就業体験セミナー(6月、11月)と連携し、修了者を中心に行っております。

#### ●保育補助事業

現在、4カ所の保育園で8名の会員が就業されています。

## 清瀬市シルバー人材センター

### 保育施設補助事業の拡大にトライ!



#### ●保育補助事業

現在、1カ所の保育園で4名の会員が就業されています。また、同園では出入り口管理業務、砂場のメンテナンス業務などの施設管理業務も行っています。今後は、保育補助を含む保育園での包括的な業務受託を目指してまいります。

#### ●介護補助事業

9月より介護施設で調理補助、配下膳業務を開始し8名の会員(6月の女性入会者)が就業されています。

**就業先開拓・会員拡大にスピード感をもち、地域貢献度アップを目指します!**

会員募集中!

## これからシルバー応援フェスタ

いきいきと充実した毎日を過ごしている会員やシルバー人材センターについて多くの方に知っていただくため、講演会やセンターの活動の紹介等を行うイベントを都内7か所で開催します。

| 日時                    | 場所             | 講演者                        |
|-----------------------|----------------|----------------------------|
| ①1月25日(土) 14:00~16:00 | イオンモールむさし村山    | せんだみつお氏                    |
| ②2月 2日(日) 13:00~16:00 | 文京シビックセンター     | 順天堂大学医学部 教授 内藤俊夫氏<br>ねづうち氏 |
| ③2月12日(水) 14:00~16:00 | 大田区民ホール アプリコ   | あべ静江氏                      |
| ④2月14日(金) 14:00~16:00 | シアター1010(せんじゅ) | 寺田農氏                       |
| ⑤2月15日(土) 13:30~15:30 | としまセンタースクエア    | 毒蝮三太夫氏                     |
| ⑥2月19日(水) 14:00~16:00 | 小金井宮地楽器ホール     | 毒蝮三太夫氏                     |
| ⑦2月21日(金) 14:00~16:00 | 狛江エコルマホール      | あべ静江氏                      |

◆対象 都内在住の未入会で60歳以上の方 各回定員50名程度 要予約

◆内容 【共通セミナー】シルバー人材センターのご紹介  
参加型イベント『体力測定』も実施します!

## シルバー人材センターの強みを活かす福祉・家事援助サービス

東京都シルバー人材センター連合では、シルバー会員向けとして、生活支援サービス研修(1回5日間・年6回)を開催しています。講習を担当していただいている、公益社団法人長寿社会文化協会の講師、スタッフの皆さんにお話をお伺いしました。

—— 受講されるシルバー会員の皆さんについて、どんな印象をお持ちですか？

**小林)** 高齢者の中で、心身共に、また社会生活上で「エリートシニア」ですね。最終日に健康管理や活動について受講生各人から発表してもらいますが、ひとりで5つ取組んでいる会員もいます。

**町野)** とても熱心です。地域社会に貢献したいという意欲が強いですね。

**浅川)** 5日間の研修中にすっかり親しくなり、情報交換もされています。

**浜)** 中には介護保険制度創設に関わった人もいて、シルバー会員の人材力を目の当たりにしています。



浜洋子さん  
担当科目「地域福祉サービス」  
「介護保険制度」  
「生活支援の基本」



小林里美さん(介護福祉士)  
担当科目「生活支援における  
尊厳の保持・自立の支援」  
「振り返り(支援者としての態度)」

ちょっとした困りごとをまとめて、行政や関係者に提言していくのはどうでしょう。

**町野)** 会員や事務局の情報共有にはSNSは不可欠なので、スマホ操作講習にも早急に取り組んでほしいです。

**小林)** 平均年齢からみると、会員にあまり負担をかけることはできない。無理はできません。

**平野)** 新入会員が事務局に入りにくい、と言っていました。そこに会員が自由に集う場(サロン)があると、とても良い効果がうまれると思います。

**町野)** 生活支援サービスではできない支援(庭掃除など)が、シルバー人材センターでできるというのが大きなメリットになります。そのために、事務局内で他の就業分野との連携がとても重要になりますね。

**浜)** 介護保険制度がより厳格に運用されると地域貢献や助け合いが不可欠になります。シルバー人材センターはそれぞれの地域事情に沿って仕事ができるはず。



浅川明子さん  
担当科目「高齢者疑似体験」

—— シルバー人材センターが担う福祉・家事援助サービスの特徴は？

**小林)** 組織が安定し継続性があるため、地域住民から見ると「信用」「信頼」が強みです。

**町野)** シルバー人材センターと会員とが対等です。そうした中で個人家庭での就業に入る会員は素晴らしい

です。

**浅川)** 会員コーディネーターがいて、事務局と会員とをつないでいますね。身近で仕事上の助言や支援が得られるのは会員には心強いことでしょうね。

**浜)** シルバー会員ならではの生活実感を活かして、地域でいきいきと活動できることです。

—— 地域を支えるために、シルバー人材センターの福祉・家事援助サービスがやるべきことは？

**町野)** 事例検討会を積み上げていくことが必要です。

**小林)** 東京都シルバー人材センター連合では担当者交流会を軌道に乗せたと聞きました。事例検討会は、一地区では難しいかもしれないので、連合本部が出向くこともよいのでは、と思います。

**浜)** 事例検討となると専門家の助言も必要です。その前に「定期的で丁寧な就業確認・利用者確認」を行い、



町野美和さん  
担当科目「老化・認知症の理解」  
「認知症サポーター養成講座」  
「利用者の理解とコミュニケーション」

—— 注意しなくてはならないことは？

**小林)** ボランティア精神が旺盛になると、やりすぎてしまう。生活支援サービスでは、就業内容が決められているので守ること。相手がそれを都合よく利用してしまう恐れもあります。

**浜)** 利用者の依存度が高くなり、会員がつかなくなってしまいう事態を避けなくてはいけない。そこは事務局が充分整理することが重要です。

**平野)** 就業で問題を感じた時は、すみやかに担当コーディネーター、職員に申し出ることが大事です。複雑でわかりにくい介護保険制度を理解するため、これからも多くの会員の方々に受講していただき、「私の自治体はどうなのか」「自分の体が弱くなった時はどうなのか」等ヒントを得て、裾野を広げてください。

—— ありがとうございます。ひとり現場が多い家事援助の仕事での「共働・共助」の実現は、一人ひとりの発言からスタートしていくと思います。まずは小規模での会員懇談会、研修など積み上げていきたいと思います。



平野陽子さん  
(スタッフ・進行)

# 地域のつながりの中で毎日を健康的に過ごすために ～会員による会員のためのフレイル予防事業～

## 西東京市シルバー人材センター

平成30年12月1日「公益社団法人西東京市シルバー人材センターフレイル予防事業実施要項」を定め、西東京市の協力のもと、フレイル予防事業に取り組んでいます。

### ＜フレイル・フレイル予防＞とは

フレイルとは、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間の状態です。体重の減少や筋力の低下などの身体的な変化だけでなく、気力の低下などの精神的な変化、人や社会との関わりの低下による社会的な変化も含まれます。自分の心身のほころびに少しでも早く気づき、日々の生活を見直す行動を起こせば、健康な状態を維持してフレイルの進行を遅らせたり、元の健康な状態に戻すことができます。

### ●フレイルサポーター

#### ～会員によるフレイル予防～

西東京市が開催する2日間のフレイルサポーター養成研修※に参加し認定されたセンター会員が、センター専属のフレイルサポーターとなり、センター主催の会員限定フレイル予防プログラム「フレイルチェック」を、中心となって実施・運営しています。

これまでに約30人の会員サポーターが誕生しました。

※西東京市では、東京大学高齢社会総合研究機構と結んだ連携協定に基づき、フレイル予防プロジェクト事業の一つとして、市民を対象に実施しています

### ●フレイルチェック

#### ～会員のためのフレイル予防～

センター主催のプログラムでは、市内の地域別グループごとに2回の健康チェック講座を行います。

参加会員は、1回目のチェックで今の健康状態についての色々な気づきや確認を行います。そして自分に合った取り組みを続けた後、約半年後にもう一度同じ内容の2回目のチェックを行い、自分の健康状態の変化を知ることができる、というプログラム内容です。

深掘りチェック〔測定〕では、2～3人のグループで順に5種類の測定をうけます。「片足立ち上がり」では、参加者同士はもちろん、補助するサポーターも一緒に「頑張れ！頑張れ！」と声をかけ、見事にスッと立ち上がったときも、フラフラしながらも何とかできたときも、参加者を囲んで大きな拍手。機器にむかって「た」を5秒間できるだけ早く言う〔滑舌〕のチェックは、笑い声が絶えない測定でした。

#### ●会員サポーターによる解説



#### ●「フレイルチェックプログラム」

| 時間  | 内容                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------|
| 10分 | 導入「フレイルとは何か」                                                                    |
| 20分 | 簡易チェック…全員で実施<br>1 指輪っかテスト&イレブン・チェック<br>2 噛む力                                    |
| 50分 | 深掘りチェック〔測定〕…グループ単位で実施<br>1 ふくらはぎ周囲長<br>2 片足立ち上がりテスト<br>3 手足の筋肉量<br>4 握力<br>5 滑舌 |
| 15分 | 深掘りチェック〔質問票〕…全員で実施<br>1 お口の元気度<br>2 人とのつながり<br>3 組織参加<br>4 支え合い                 |
| 20分 | 解説（チェックの意味と結果について）                                                              |
| 10分 | アンケート                                                                           |

#### ●簡易チェック



「指輪っかテスト」  
両手でふくらはぎを囲み筋肉量を把握



「噛む力」  
耳の前の部分を指先で触れ、噛む筋肉の強さを確認

#### ●深掘りチェック〔測定〕



「片足立ち上がり」  
足腰の筋力とバランスをチェック



「滑舌」  
測定器を使って計測

解説では、運動だけでなく、タンパク質と野菜をしっかり摂り、栄養バランスを意識した食事をする事、歯と口の機能低下（オーラルフレイル）は心身のフレイルを加速させるといわれているので歯と口の健康を保つことなど、日々の生活の中でできることから始めましょう、というお話がありました。

## 適正就業の取組

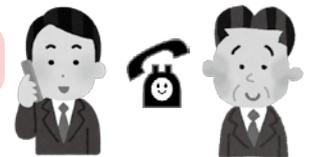
台東区シルバー人材センターでは、センター一丸となって適正就業に関する取組を進めています。まずは、職員さんにお聞きして、台東区シルバー人材センターの適正就業に向けた業務の流れと取組ポイントをまとめました。

### 台東区シルバー人材センター 請負就業の流れとポイント

#### ①発注の依頼

内容を聞き取り、センターで受けられそうなものであれば、実際に現場を確認する日程などを決めます。

**ポイント** 必ず職員が聞き取り・現場確認を行った上で対応するようにしています。



#### ②現場の確認／詳しい内容の打合せ

依頼元に訪問し、現場を確認し、詳しい依頼内容を聞き取ります。

**ポイント** 適正就業の範疇を超えそうな部分がある場合も、「できません」ではなく、「こういう内容ならできます」・「この部分の仕事を切り分けていただければできます」と、具体的に提案し、対応しています。



#### ③受注内容・手順整理／仕様書作成／就業会員選定

受注する内容を整理し、作業手順を想定して、仕様書の作成を行います。就業会員の選定を行います。

**ポイント** 必要に応じ、会員向けの手順書なども作成。就業しやすいよう調整します。会員の就業希望内容等を考慮し、会員の選定を行います。現場に職員が同行し、就業の意思を確認します。



#### ④就業候補の会員の作業確認

就業候補の会員と一緒に現場に行き、実際の就業内容を現場で確認します。

**ポイント** やってみて「できそうだ」という感触を得たら、その会員が就業します。「この内容は合わなそうだ」というケースでは、また別の候補の会員を探します。



#### ⑤就業開始後の巡回訪問

就業開始後も、定期的に訪問をして、現場の状況を確認しています。

**ポイント** 職員が現場に足を運ぶことで、より就業しやすい環境を整えたり、状況の変化にも対応できるようにしています。



### 台東区シルバー人材センターで、現場に合わせて準備した手順書

写真付・明快かつシンプルで、わかりやすい手順書。就業現場に貼り出してあれば、作業漏れ、手順の誤りを防ぎやすく、一人でも安心して就業することができる。



## 職員さんに、お聞きしました！

**Q1. 適正就業に関する業務はいつから担当していらっしゃいますか？**

**A1.** センターに入ってすぐ担当しました。

**Q2. 業務の依頼が来た時に、ご自身ですぐにわからないことがあったら、どう対応していらっしゃいましたか？**

**A2.** はじめの頃は、お客様からの仕事の依頼を電話で聴取することも不安だったので、先輩職員に何度も確認をしてお客様にお答えしていました。

最初の一年間は、電話聴取後、実際に現場へ下見に行く時に、先輩職員に同行してもらって、適正就業にかかる注意点等の指導を受けながら対応をしていました。

今でも、電話依頼や現場下見の段階で判断に迷う案件があれば、即答はせず先輩職員や事務局内で相談して進めています。



センターに入って7年目の内藤さん

**Q3. 就業会員さんを決めるときにも、ミスマッチが起こりにくいような対応の工夫があるそうですね。**

**A3.** 職員が候補の会員と一緒に現場に行き、現場を確認しながら作業内容を説明することで、作業に関する疑問や不安を解消するようにしています。

その場で就業の意思確認をするのではなく、就業する際の交通手段(徒歩・自転車等)で帰宅してもらって、安全に通うことができるかまで体験してから判断してもらうようにしています。

年間契約の業務でも、新人の会員は1カ月から2カ月就業してもらい、その後、契約期間満了までお願いできるか、相互に判断しています。

**Q4. 会員さんだけで就業しやすい体制づくりのために行っておられることはありますか？**

**A4.** 契約中の業務で欠員が生じた場合、慣れた会員に新人を研修してもらったり、誰でも同じ手順で作業できるよう、マニュアルや手順書等を就業現場に貼っています。

**Q5. 就業開始後も職員の方が現場巡回を行っておられるそうですが、どんなことをされていますか？**

**A5.** 会員さんがなじめているか、確認したり、話を聞いたりしています。

就業場所の状況や、就業内容などが変化していないか確認して、変化がある場合は、改めて適正就業になるようすぐに調整しています。

また、発注者側の責任者が変わった時など、必要に応じて適正就業に関する説明をしています。



適正就業を始め、後輩職員の相談を受けることも多い浅田主任

**Q6. 台東区シルバー人材センターでは、職員さんが育っていく環境があるように感じました。どんなことに気を付けておられるのでしょうか。**

**A6.** 仕事で分からないこと、疑問に思ったことなどを、すぐに、誰にでも相談できるような、職場のコミュニケーションづくりが、一番大切だと思います。

台東区シルバー人材センターは少人数の職場ですので、毎朝、全員の今日の日程を確認し、仕事を始めます。問題が発生した場合には、すぐに全員で共有します。日頃から良好なコミュニケーションづくりに努めています。

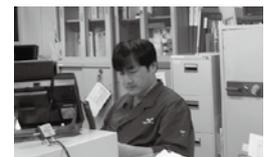


職場でのコミュニケーションづくりを大切にしていると話す太田局長

今回は、インタビューできませんでしたが、台東区シルバー人材センターを支える職員の皆さんです。「その人がいないとわからない」ということがないよう、全員で業務や情報を共有しながら、協力して仕事を進めている様子が伝わってきました。



秋山次長



木村主任



原田主任



田中さん



富山さん



熊谷さん



森さん

## ◎高齡者活躍人材確保育成事業

本年度よりシルバー人材センターの仕組みや魅力について、地域の高齢者等に知っていただくことを目的とした『高齡者活躍人材確保育成事業』を開始しました。その一部をご紹介します！

### ① 企業の方向け 人手不足を高齡者の活躍でのりきろう！

都内企業の人事担当の方を対象に、さらに期待されるシニア層の活躍とシルバー人材センターの活用法について、セミナーを実施。



講師 ■ NRI社会情報システム株式会社  
シニアコンサルタント 高田伸朗 氏



■ 港区シルバー人材センター  
■ 八王子市シルバー人材センター

### ② 未入会の方向け

#### 人生はこれから！

年齢を重ねると感じることで、分かることがあるはず。今だからこそ、やりがいを感じる仕事を見つけると充実感があります。長年テレビ局のアナウンサーとして活躍された須田哲夫氏による講演。



#### パーソナルカラー

～似合う色を知ってイキイキ自分スタイル発見！～

自分に似合う色を見つけると若々しい印象に。ますます魅力的に充実した毎日と一緒にすごしましょう！



講師・池田泰美 氏

### ◎ 未入会の方向け 定年退職後の働き方を考える！

#### シルバー体験講習

定年退職後の働き方の選択肢のひとつとして「シルバー人材センター」の働き方について、具体的に理解していただくことを目的とした、未入会の方向けの講習です。就業体験等を含めた内容です。

#### 講習の流れ（2部構成）

##### 《第1部》

シルバー人材センターを知ろう！

##### 《第2部》

就業体験（植木剪定、毛筆筆耕、保育補助など）

#### 農作業講習

地元の農家さんにご協力いただき、収穫から商品化までの作業を体験（H30、R1実施）



#### お庭のお手入れ

座学で剪定時期・方法・技術等を学び、実習では実際に道具を使って、刈込や除草などを体験



## ◎会員向け技能講習

東京しごと財団では、シルバー人材センターで就業を希望する会員の方を対象とした講習を実施しています。  
令和元年度は、以下の講習を実施します。

☆就業支援講習（基礎的な知識・技能の習得）

| 区分                                                | 定員 | 日数 | 日程          | 講習会場      |
|---------------------------------------------------|----|----|-------------|-----------|
| ステップアップ接遇(クレーム対応)(第2回)<br>クレーム発生の原理と就業中のクレーム事例を学ぶ | 20 | 1  | 令和2年3月2日(月) | 東京しごとセンター |

★職域拡大技能講習（レベルアップ）

|                                                                        |    |   |                     |           |
|------------------------------------------------------------------------|----|---|---------------------|-----------|
| 襖の張替え<br>「襖の張替え」の基本的な事柄を再認識し、技術向上を図ると同時に安全で効率よく襖を張替えることができるプロのコツを実技で学ぶ | 15 | 3 | 令和2年3月10日(火)～12日(木) | 東京しごとセンター |
|------------------------------------------------------------------------|----|---|---------------------|-----------|

※1月以降に募集が行われる講習のみを掲載しています。

★受講のお申し込み

所属のシルバー人材センター事務局経由でのお申し込みとなります。

※各講習の募集は、原則、講習開始月の2ヶ月前に行っております。

※日程等、変更になる場合がございますので、ご了承ください。

★お問い合わせ 公益財団法人東京しごと財団シルバー人材センター課シルバー講習担当係 TEL:03-5211-2326

## ◎役職員研修

東京都連合では、理事・監事を対象とした「役員等研修」と事務局職員を対象とした「職員研修」を実施しています。シルバー人材センター事業の運営に必要な知識・情報を提供できるよう、時機に応じた研修を実施しています。また、受講者アンケートをもとに、毎年度内容の見直しを行い、魅力のある研修となるよう取り組んでいます。

令和元年度役職員研修実施予定（1月～3月分）

| 対象 | 研修名              | 開催日                 | 内容               |
|----|------------------|---------------------|------------------|
| 役員 | 経営管理             | 1月23日(木)            | 会計の知識、質疑応答       |
| 職員 | 決算実務             | 1月21日(火)            | 事前準備のポイント        |
|    | 総会運営             | 1月27日(月)            | 決算時における書類作成のポイント |
|    | 課題改善研修<br>(後期集合) | 2月14日(金)、<br>17日(月) | 目標状況の報告          |

※開催日は都合により変更になる場合があります。

### 研修紹介:職員研修「タイムマネジメント」

実務研修として毎年、その時機に応じたテーマを設定した研修を行っています。

今年度は、働き方改革の観点からも重要な「タイムマネジメント」についての研修を株式会社スリーマインドの阿比留真二氏を講師に迎え、令和元年8月26日(月)に実施しました。

シルバー人材センターのような少数職場においては、一人ひとりが膨大な業務に取り組みなければならないことも多く、効率よく、スムーズに業務をこなしていくことが重要です。そのために必要なタイムマネジメント能力について、一般職員向けにご教授いただきました。

## シルバー人材センター写真展

10月1日(火)から10月31日(木)まで、東京しごとセンター1Fエントランスの特設展示場で、  
シルバー人材センター写真展を開催しました。

(共催・東京都産業労働局)

都内20のシルバー人材センターから寄せられた82枚の写真を展示し、シルバー会員の皆さんの様々な場面での就業や、パトロール・清掃などのボランティア活動、シルバーフェアやパネル展などイベントでのPRの光景など、地域の中で生き生きと活躍中の様子を紹介しました。

会場では、4センターから出展された17種類の手芸小物も展示しました。会員の手で丁寧に一つひとつ製作された手作りの品は、いずれも各センターで販売しています。



## 自転車用ヘルメット「カポル」は3サイズ展開！

ご好評いただいております自転車用ヘルメット「カポル」は  
S・M・Lの3サイズをご用意しています。

(S:52-55cm、M:56-59cm、L:59-62cm)

その他、冬にぴったりなニットキャップのデザインも  
ございますので、ホームページからご覧ください。

<http://www.nippare.com/capor/>

■問合せ先

フリーダイヤル

(株)日本パレード  **0120-71-8010**



## エイジレス80

シルバー人材センターのための  
総合情報処理システム

NRIは、中央省庁、地方自治体および企業の皆さまのニーズに応じて、  
公共政策、公共経営に関する調査コンサルティング活動を行っています。

近刊の「NRIパブリックマネジメントレビュー」(月刊)レポートタイトル

- ・「新しい公共」とデジタルガバメント
- ・新幹線開業が地域に与える長期的効果 ～ 拠点集積効果と自治体の役割 ～
- ・「多様性」を契機とした新しい組織への再構築に向けて

「NRIパブリックマネジメントレビュー」は、広く皆さまへ公開し、日頃の政策立案、事業展開にお役立ていただくためのニュースです。  
レポートは、野村総合研究所(NRI)のホームページよりご覧いただけます。

<http://www.nri-social.co.jp/>

「エイジレス80」は東京しごと財団と野村総合研究所の登録商標です

(お問い合わせ先)

**NRI社会情報システム株式会社**

〒135-0042 東京都江東区木場1-5-25 タワーS棟  
TEL 03-6660-9766 FAX 03-6660-9767



## シルバー人材センター様の お悩みを解決します！

### ● 基幹（業務・会計・給与）システム

センターの実情に合わせた会員・発注者管理と、事業運営・内部統制に不可欠な基幹システムをご提供します。

### ● 事務効率アップ

迅速な会員・発注者対応を行うためのCTI(電話機連動)や手書き就業報告書読取などのサービスをご提供します。

### ● セキュリティ対策

強固なセキュリティを実現するためのインフラ整備をご提供します。

株式会社 WorkVision 公共ソリューション事業部  
(旧社名：東芝ソリューション販売株式会社)

東京都品川区東品川 2-2-4 (天王洲ファーストタワー)  
TEL 03-4233-0990 <https://workvision.net>



## 公益財団法人東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター8F

TEL 03-5211-2312 FAX 03-5211-2329

URL <https://www.tokyosilver.jp/>

シルバーとうきょうは、東京都シルバー人材センター連合のホームページからご覧いただけます。



古紙/ハルバ配合率80%再生紙を使用