

シルバーたいとう センターだより No.128

発行 公益社団法人台東区
シルバー人材センター
編集 総務・広報委員会
台東区小島1-5-5
電話 3864-3338
FAX 3864-3383
アドレス <http://www.taito-sc.or.jp/>
メール taito@sjc.ne.jp
発行日 平成29年7月15日
会員数 949人(29年6月末日現在)

平成29年度 定時総会・設立40周年記念式典開催



六月二十七日(火)午後一時から平成二十九年定時総会が、浅草公会堂ホールにおいて、会員二百四名の出席(他委任状三百三十六名)を得て、開催されました。

鈴木理事の司会で定刻に始まり、最初に野田沢会長から「団塊世代をはじめ、元気で経験豊富で行動的な高齢者も増大し、就業、ボランティア、趣味の活動など、様々な形で社会参加していくことは、その方々の生きがいや健康維持のみならず、我が国の経済社会に大きな意義をもたらすものです。その活躍の場を提供する担い手として、シルバーセンターの果たす役割は、今後益々大きくなって参ります。」との挨拶がありました。

定時総会は、野田沢仮議長(会長)が開会宣言し、資格審査により総会が有効に成立していることの報告を受けたあと、中山理事が議長として就任して、議事が滞りなく進められました。提出された議案は、満場一致で可決、承認され、併せて平成二十八年度事業報告も了承されました。

審議及び報告された議案等は、次のとおりです。
監査報告

- ・第一号議案 平成二十八年度決算について
- ・第二号議案 役員の選任について
- ・平成二十八年度事業報告について

総会後、午後二時五分から設立四十周年記念式典が開催され、最初に野田沢会長から「我が国の経済社会の構造が大きく変化している中で、欠くことが出来ない担い手としてセンターの果たす役割は二層重要になっています。四十周年の記念すべき節目の年を新たなスタートラインとして今後も職域の拡大や新規事業等に積極的に取り組んで参る所存です。」との式辞がありました。

つづいて名誉会長である服部区長から「健康で意欲溢れる会員の皆様が地域で活動している様子を拝見し、心強く感じるとともにセンターの果たす役割が一段と大きくなっていることを実感します。今後とも、豊富な経験と技能を生かしながら、サービスの担い手として一層活躍されることを期待します。」との挨拶をいただきました。

次に、ご来賓としてお越しいただいた区議会議員長の河野純之佐様、東京しごと財団理事長の坂巻政二郎様及び東京都議会議員の中山寛進様、同じく和泉浩司様からご祝辞をいただき、区議会保健福祉委員長の早川太郎様、ほかご臨席いただいた区議会議員の皆様をご紹介いたしました。

その後、服部区長及び野田沢会長から、当センターに貢献していただいた発注者の皆様への感謝状贈呈及び会員として永年貢献していただいた皆様に対して、会員十年表彰、会員二十年表彰及び財団理事長から財団表彰が行われました。その後、土田病院院長の遠藤眞実先生による記念講演が行われました。

感謝状・表彰状が

贈呈授与されました

設立四十周年にあたり、発注者の皆様にセンター事業への功労として感謝状が贈呈され、会員の皆様に永年の功労として表彰状が授与されました。受賞者の方々、誠にありがとうございます。(敬称略)

◎発注者表彰

(公財)横山大観記念館、明王院、(有)熊切木材店、多宝院、(有)台東区民新聞社、本然寺、(株)協信社、英信寺、法清寺、今戸神社、田原町ビル(株)、満照寺、千手院、(株)安藤自転車工場、(株)エポック社、北上野一丁目町会、アトムリビンテック(株)、東上野四丁目日本町会、永見寺、慶養寺、※J R東日本ビルテック(株)、日本化学産業(株)、願神院、了源寺、華藏院、高橋維明、永久寺(以上二十七事業者)

◎会員表彰

(二十年) 佐伯正則、広瀬 武、今林正雄、宇治川栄子、雑賀隆治(以上五名)

◎会員表彰

(十年) 川村 孟、遠田盛行、木下久義、小嶋緋佐子、北原康子、山田正道、鈴木ヨシエ、伊藤善徳、清水保彦、峯村勝美、斉藤ナツエ、若林稔男、萩原幸穂、丸山才市郎、大石岑雄、辻 義興、村田忠敬、麦島 成、松崎 弘、渡辺 孝、赤石美知子、山田健三、諏訪 保、古畑忠雄、鈴木アイ子、山崎行平、新井伊希子(以上二十七名)

◎財団表彰

石森 弘(以上一名)

※総会開会の事前に送付いたしました設立四十周年記念式典次第の受賞者名簿では、「J R東上野ビルテック(株)」と誤って記載されておりました。お詫び申し上げます。

新役員を紹介します

平成二十九年度定時総会及び臨時理事会において、新しい役員(理事)が決まりました。任期は本年六月二十七日から二年間(平成三十一年開催の定時総会の日まで)。

役職	氏名	備考
理事(会長)	野田沢 忠治	再任
理事(副会長)	辻 義興	再任
理事(常務理事)	本間 千晴	新任
理事	佐々木良子	再任
理事	河野テル子	再任
理事	金子 時男	再任
理事	中山 康雄	再任
理事	鈴木 隆幸	再任
理事	佐橋 勝枝	新任

(敬称略)



服部征夫区長(名誉会長)から表彰状を受ける

佐伯氏及び石森氏が相談役に就任



佐伯相談役



石森新相談役

今回の定時総会で副会長を退任された石森弘さんが、総会後に開催された臨時理事会において新たに相談役に就任されました。理事として六年、そのうち二年間は副会長として総務・広報委員長及び安全管理委員長を歴任し、その豊富な経験・知識を活かして、当センターの事業運営に助言をいただきます。

また、平成二十七年六月に就任された佐伯相談役も再任されました。いずれも任期は本年六月二十七日から平成三十一年度の定時総会の開催日までの二年間、相談役二名体制で、運営してまいります。

平成二十八年度決算

平成二十八年度の事業運営については、基本方針及び事業実施計画に基づき事業の普及啓発及び推進に努めるとともに前年度に引き続き毛筆筆耕、パソコン、折り紙の各講習会の開催など就業開拓に資する活動を展開しました。

さらに当法人は、公益社団法人として六年目を迎え、会員の豊富な知識や経験を活かして会員の就業や社会奉仕活動に積極的に取り組んでまいりました。

実績は、年度末の会員数九百七十五人、年間就

業率六十七・九%、受託件数(月延)二千六百八十三件、就業延日人員七万三千八百十九人、配分金支給額三億百万二千円、年間契約金額三億二千三百四十二万五千円でした。

前年度の実績と比べると、会員数十三人増、年間就業率六・八ポイント増、受託件数百六十件増、就業延人員五千二十四人増、配分金支給額二千百三十六万二千円増、年間契約金額二千五百七十七円増となった。前年度と比較すると会員数が微増のほか年間就業率、就業延人員、受託件数のいずれも大幅な増となり、年間の配分金額及び契約金額においても、前年度を上回る実績を確保することができました。

科 目	平成28年度正味財産増減計算書		
	公益目的事業会計	法人会計	合 計
経常収益	390,147,414円	8,647,902円	398,795,316円
受託事業収益	320,299,933円	1,767,165円	322,067,098円
独自事業収益	1,343,228円	4,772円	1,348,000円
受取会費	680,475円	226,825円	907,300円
受取補助金等	66,987,495円	6,644,447円	73,631,942円
受取負担金	302,000円	0円	302,000円
特定資産運用益	1,530円	80円	1,610円
雑収益	532,753円	4,613円	537,366円
経常費用	387,268,227円	8,647,902円	395,916,129円
事業費	387,268,227円	0円	387,268,227円
管理費	0円	8,647,902円	8,647,902円
当期経常増減額	2,879,187円	0円	2,879,187円
経常外収益	190,074円	0円	190,074円
貸倒引当金戻入益	190,074円	0円	190,074円
経常外費用	1円	0円	1円
固定資産除却損	1円	0円	1円
当期経常外増減額	190,073円	0円	190,073円
当期一般正味財産増減額	3,069,260円	0円	3,069,260円
一般正味財産期首残高	41,906,350円	3,243,858円	45,150,208円
一般正味財産期末残高	44,975,610円	3,243,858円	48,219,468円
正味財産期末残高	44,975,610円	3,243,858円	48,219,468円

四十周年記念式典講演

記念式典の後半に

は、神経科土田病院院長の遠藤眞実先生を講師にお迎えし、テーマ

「認知症かな、と思ったらく気づきと予防」と題して四十分間の記念講演をしていただきました。



土田病院院長 遠藤眞実先生

講演内容の概要は以下のとおりです。

《当日の講演内容》

- (1) 認知症を知る
- (2) 認知症かな、と思ったら
- (3) 認知症の治療
- (4) 認知症への対応の仕方
- (5) 認知症予防のために

まず(1)「認知症を知る」ことです。年をとると、誰もが人の名前をすぐに思い出せなかつたり物をどこにしまったか忘れたりすることがあります。

認知症は加齢による物忘れとは違い、正常だった脳の働きが徐々に低下する病気です。数分前や数日前の出来事が思い出せない、新しいことが憶えられない、日付や曜日がわからない等日常生活を上手く送ることが出来なくなり、認知症がどんな病気かを知ること、認知症の本人への対応の仕方や介護に対する理解が深まります。

そして、認知症の中で最も多いのはアルツハイマー型認知症で、認知機能が低下することで起こる「中核症状」と環境要因などその人によって症

状の出方が変わる「行動・心理症状」があります。「中核症状」とは、記憶力の低下で始まる日付・曜日や居場所がわからなくなる見当識障害、料理など作業の要領が悪くなる実行機能障害、判断力の低下、言葉が円滑に出ない等の症状がみられます。

「中核症状」はほとんどの方にみられ、病気の進行とともに徐々に強くなります。

「行動・心理症状」はすべての方にみられるわけではなく、環境や家族の接し方によって軽くなったり、強く表れたりすることもあります。

※「行動・心理症状」としては、イライラする場面が多くなる。些細なことで腹を立てることが多くなる。今までの日課をしなくなる。誰もいないのに誰かいると主張する。などがあります。

(2) 「認知症かな、と思ったら」

「もしかして認知症？」と気づいたらためらわずに、早めに医療機関に相談をしてください。

- 「認知症」早期発見のポイントを次にあげます。
- ① 同じことを何回も言ったり聞いたりする
 - ② 財布を盗まれたという
 - ③ だらしなくなった
 - ④ いつも降りる駅なのに乗り過した
 - ⑤ 夜中に急に起き出して騒いだ
 - ⑥ 置き忘れやしまし忘れが目立つ
 - ⑦ 計算の間違いが多くなった
 - ⑧ 物の名前が出てこなくなった
 - ⑨ ささいなことで怒りっぽくなった
- また、「どこへ相談すればいいの？」については、

・まずは、かかりつけ医に相談をしてください。必要に応じて専門医を紹介してもらえます。

・診断は、専門医が行いますが、認知症診断は「神経内科」「神経科」「精神科」「心療内科」「脳神経外科」などの医療機関で可能です。

(3) 「認知症の治療」

アルツハイマー型認知症の治療では、病気の進行をできるだけ遅らせ、本人が少しでも長くその人らしく暮らせるように支えること、家族の介護負担を軽減することが治療の中心です。

薬を使う治療(薬物治療)として、アルツハイマー型認知症の薬物治療には、中核症状を改善し病気の進行を遅らせる治療と、行動・心理症状を抑える治療があります。薬の効果と副作用を定期的にチェックしながら、症状に合わせて使っていく、そして気になる変化は医師に相談することが良い治療につながります。

「薬を使わない治療1」としては、回想法や認知リハビリテーションがあります。

回想法では認知症の方は最近の出来事を思い出すことが苦手ですが、若い頃の思い出など昔のことを思い出すことはできます。昔の苦労話や自慢話をしてもらい共感を持つて聞くことで一体感が生まれ認知機能が高まると考えられています。

認知リハビリテーションでは、音読・書き取りや計算問題などのドリルは脳の活性化に役立つと考えられています。

「薬を使わない治療2」として、音楽療法として音楽鑑賞したり、園芸療法として、花や野菜を育てることは、感情の安定や自発性の改善に役立ちます。

「リアリティ・オリエンテーション」という方法では、自分は誰でどこかなど、自分と自分のいる環境を正しく理解する練習を重ねることで見当識などの認知能力を高める効果があります。

(4)「認知症への対応の仕方」

「認知症の方は、どのような気持ちなのでしょうか?」

「何が正しいか」という考え方よりも「どうしたら円滑・円満にことが運ぶか」を優先して対応することが安心・一体感が生まれ、より良い関係を保つことができるでしょう。

「認知症の方の気持ちに寄り沿う対応」として、「認知症は病気である」ということを理解し、「本人の気持ちに寄り沿う対応」が大事です。

- ① 本人のペースに合わせましょう。
- ② 本人の思いを理解しましょう。
- ③ 安心できる環境を作りましょう。
- ④ 話に共感して受け入れましょう。

(5)「認知症予防のために」

○アルツハイマー型認知症のリスクを下げる食習慣
① 魚をよく食べる(1日1回以上) ② 野菜や果物でビタミンEを摂る ③ 適度にワインを飲む(週に1回以上)

○アルツハイマー型認知症のリスクを下げる運動習慣

① 週に3回以上の運動習慣 ② 有酸素運動は脳の血流を良くし、高血圧やコレステロールのレベルを下げる ③ ウォーキング程度の強度で行う

○アルツハイマー型認知症のリスクを下げる知的行動習慣

① テレビを見る、ラジオを聴く ② 新聞、本、雑誌を読む ③ トランプ、チェス、クロスワードパズル、その他のパズルなどゲームをする ④ 博物館や観劇



に行く⑤楽器の演奏やダンスをする
○アルツハイマー型認知症のリスクを下げる対人的な接触
① 友人、家族と会う(週1回以上) ② 家に閉じこもらない

○認知症予防の10ヶ条

- ① 第1条 生活習慣病を予防・治療する
 - ② 第2条 バランスのよい食生活で健康を保つ
 - ③ 第3条 よく歩き、運動する
 - ④ 第4条 過度の飲酒・喫煙に注意する
 - ⑤ 第5条 活動・思考を単調にしないように努める
 - ⑥ 第6条 生きがいをもつ
 - ⑦ 第7条 人間関係を普段から円滑にしておく
 - ⑧ 第8条 健康管理は自分で
 - ⑨ 第9条 病気や障害の予防や治療に努める
 - ⑩ 第10条 寝たきりにならないように心掛ける
- (「認知症にならないための10ヶ条」杉山孝博(川崎幸クリニック院長)より)

七月は安全就業強化月間です

東京のごと財団では、本年度も7月を安全・適正就業強化月間として、安全就業対策事業を実施します。当センターも財団と連携しつつ、年間を通じて就業会員の安全確保のため、次のような安全就業対策を実施していきます。

ア 危険・有害な作業は受託しないこと

イ 作業別安全・適正就業基準に掲げる安全保護具の完全着用の徹底を図ること。なお、安全帽・安全帯等の安全保護具の未着装のもとで就業した場合、申し合わせによって事故の有無に拘わらず就業者には就業停止等の措

置を講じるなど安全就業の徹底を図ること。
ウ 健康チェックや健康講話等の実施、健康診断の積極的な奨励などの健康増進策を図ること。

《安全就業対策の総点検の実施》

- ア 就業前、就業後の安全意識等の徹底
- イ 機械器具の点検と整備の徹底
- ウ 安全保護具の点検と整備の徹底
- エ 巡回パトロールの重点実施
- オ 就業現場の総点検
- カ 交通安全対策の徹底

◎健康には常に注意して作業は安全第一を心がけて、急いんだり、慌てたりしないで安全就業を心がけましょう。

◎自転車運転に対する交通取り締まりが強化されています。交通手段の自転車利用時には、周囲の交通状況や歩行者を十分確認して交通ルールを守りましょう。

■理事会だより

第一回理事会（平成二十九年四月二十五日）

審議事項

- (1) 新規入会について
 - (2) 特別会員の推薦及び承認について
 - (3) 定時総会の次第及び役割分担について
- 報告事項
- (1) 平成二十九年三月分事業実施状況について

第二回理事会（平成二十九年五月十六日）

審議事項

- (1) 平成二十八年度事業報告について
- (2) 平成二十八年度決算報告について
- (3) 定時総会次第について

- (4) 平成二十九年第一回収支補正予算（案）について
- (5) 役員を選任について

協議事項

- (1) 会員表彰について
 - (2) 発注者表彰について
 - (3) 定時総会の役割分担について
- 報告事項
- (1) 定款第二十四条第五項による職務の執行状況報告について
 - (2) 平成二十八年度監査報告について
 - (3) 議決権の代理行使（委任状）について
 - (4) 平成二十九年四月分事業実施状況について

第三回理事会（平成二十九年六月十三日）

審議事項

- (1) 公益社団法人台東区シルバー人材センター相談役に関する基準の改正について
- 協議事項
- (1) 定時総会及び記念式典進行の概要について
 - (2) 定時総会及び記念式典受付要領等について

報告事項

- (1) 平成二十九年五月分事業実施状況について
- (2) 臨時理事会開催について

臨時理事会（平成二十九年六月二十七日）

審議事項

- (1) 会長・副会長・常務理事の選任について
- (2) 理事会専門委員会の構成について
- (3) 相談役の選任について
- (4) 新規入会について

■委員会だより

第一回総務・広報委員会

（平成二十九年五月十一日）

- (1) 定時総会次第及び進行担当（案）について
- (2) 表彰（案）について

第二回総務・広報委員会

（平成二十九年六月二十二日）

- (1) センターだより七月号について

第一回安全管理委員会

（平成二十九年五月十日）

- ・安全管理委員会委員（職群代表）の委嘱について

協議事項

- (1) 平成二十九年安全就業実施計画（案）について
- (2) 平成二十九年安全管理委員会の巡回指導実施（案）について

報告事項

- (1) 平成二十八年度安全就業実施計画の実施報告について

第四回四十周年記念事業実行委員会

（平成二十九年四月二十五日）

- (1) 記念誌原稿（案）について
- (2) 進行管理表について

第九回実行委員会合同部会

（平成二十九年四月十八日）

- (1) 記念誌について
- (2) 記念式典（定時総会含む）について



事務局職員の異動

四月一日付の人事異動で、台東区監査事務局局長を務められた本間千晴さんが事務局長に就任されました。どうぞよろしくお願いたします。なお、前任の五所尾武司事務局長は退職されました。



本間事務局長

未就業会員の方へ

九月にシルバーパス交付事務があります。募集人員は約四十名で、お一人五日程度の就業を予定しています。申し込み期限は、七月三十一日(月)です。ご希望の方は、八月十四日(月)開催予定の事前説明会への参加が必要です。なお、応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。申し込み・問い合わせは、事務局へ。

折り紙塾が開かれました

六月二十日(火)午前十時より、シルバー人材センター会議室において会員を対象とする折り紙が開かれました。テーマは「七夕」でした。月一回のペースで楽しく折り紙の技術を勉強していきます。参加を希望される会員は、事務局までお問い合わせください。



毛筆筆耕講習会が開かれました

六月十三日(火)午前十時より、小島社会教育館ホールにおいて「慶弔用語を書く」をテーマに、午後一時より「慶弔用語をのし袋に書く」として、会員対象の毛筆筆耕の講習会が開かれました。参加を希望される会員は、事務局までお問い合わせください。

パソコン講座

毎月、六十歳以上の区民を対象とするパソコン講座を開催しています。七月はiPad活用講座、アンドロイド活用講座の二つです。その他、参加者の相談にお答えする「パソコン無料よろず相談」も実施しています。詳しくは「広報たいとう」をご覧ください。

ボランティア

六月十六日(金)午後一時三十分より「特別養護老人ホーム浅草」の五階にある「浅草高齢者在宅サービスセンター」において、折り紙教室が開かれました。

七名の会員(宮澤満里子リーダー、田口トミ子さん、池田美子さん、小尾加容子さん、鈴木清美さん、石川三佳子さん、林まゆみさん)がボランティアで参加して、デイサービスを受ける皆さんと一緒に、触れ合い、楽しく折り紙を折りました。



投稿写真 皆様からの投稿をお待ちしています。



長國寺あじさいまつり
(藤川さん撮影)



上野さつきフェスティバル



上野不忍池 蓮

子育て支援サービスを開始します

十月から子供(小学生)の送迎を予定しています。興味のある方は、事務局までご連絡下さい。