



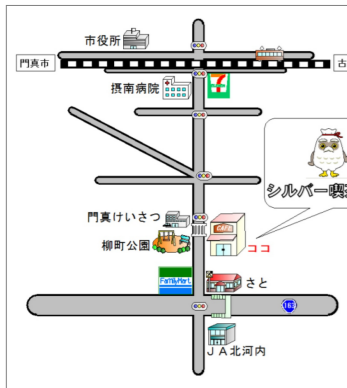
予てからの懸案でありましたシルバー会員の集う場所として「喫茶チエブクロー」が10月15日に宮本門真市長をお迎えし、オープンしました。

店内は明るく、清潔感のあるかわいいお店になりました。この喫茶店を運営する会員16名は、揃いのエプロン・粋な帽子姿のお姉さんに変身し、心身ともに若返って楽しんでおります。

**シルバー喫茶店
「チエブクロー」
オープン！**



事務局通信



綺麗なお店に出来ました！
会員の皆さんの楽しい
会話が、聞こえてきそう！

まだまだ覚えななければならぬことが、たくさんありますが、早く出来るようにと、皆真剣に頑張っております。

オープン半月を迎え、初めてのお客様は、一段落し、反対に、毎日おいでになるリピーターの固定客も増えてきております。



**今年も頑張りました
第6回大阪マラソン**

センターは、今年も「大阪マラソン」の沿道整理に参加しました。山根理事長以下50名の参加で、森ノ宮から玉造までの3区間約1kmの沿道整理とトイレ誘導を行いました。センターとしては、4年連続のボランティア参加で、慣れた会員

開店より今日までの傾向を分析して、従事会員の教育、メニューの再検討、PRの戦略強化など、役職員一丸となって邁進し、努力してまいります。会員の皆様も、是非ご家族さま、お友達と連れ立ってご来店いただきますよう、お願い致します。



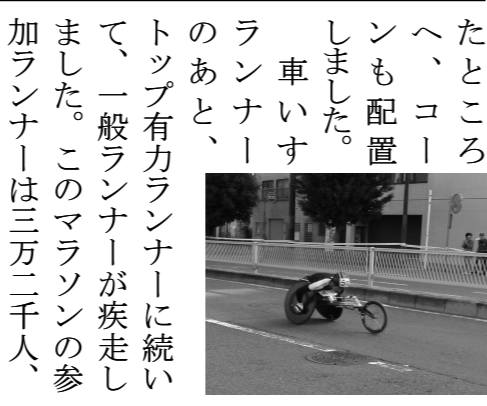
もしれば、はじめての会員も多く、準備の要領がわからずに苦戦しました。交通規制をされた玉造筋へ、路地から出てきた車やバイクへの飛び出し禁止のテープも玉造筋の東側、西側の両側、歩道全



**法制化30周年記念
普及啓発活動も後半戦**

我々のエリアでは、事故やトラブルもなく、無事役目を果たすことが出来ました。参加されたみなさん、早朝から10時過ぎまで大変お疲れさまでした。【天宮】

たところへ、コーンも配置しました。車いすランナーのあと、トップ有力ランナーに続いて、一般ランナーが疾走しました。このマラソンの参加ランナーは三万二千人、ボランティアは一万人と聞きました。この付近は序盤ですが、道路の分離帯を挟んで道いっばいにランナーが、まるで大自然の中を、水牛の群が走るごとく通り過ぎ、この間約30分間のドラマでした。



会員目標 1700名

地域を元気に！今こそセンターの底力を！
門真市シルバー人材センター 平成28年11月1日 現在

会員数	男性会員	女性会員
1,576	926	650

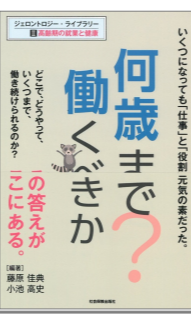
ブロック別会員数

第1ブロック	第2ブロック	第3ブロック	第4ブロック
426 (+5)	419 (+7)	352 (-1)	379 (+7)




日	時	曜日	案件	時間	場所	申込
13		日	スポーツレジャー大会	9:00 ~ 15:00	市民プラザ	一部要
13		日	朝市『門真もん』	10:00 ~ 15:00	市民プラザ	
15		火	三役部会長会議	10:00 ~ 12:00	センター会議室	
15		火	『お顔が上がる』マッサージ講習会	10:00 ~ 12:00	センター大会議室	要
16		水	自転車安全運転講習会	10:00 ~ 12:00	門真自動車教習所	要
17		木	平成28年度中間監査	10:00 ~ 12:00	センター会議室	
21		月	シルバー便利やDay	9:00 ~ 15:00	センター・市役所	
21		月	よろず相談日	9:30 ~ 12:00	センター会議室	
21		月	出張サロン『手芸教室』	13:00 ~ 14:00	センター大会議室	
22		火	グランドゴルフ大会	10:00 ~ 12:00	旧第6中学校グランド	要
23	水・祝		弁天池ふれあい感謝祭	9:00 ~ 15:00	弁天池公園	
28		月	入会説明会	14:00 ~ 16:00	センター会議室	要
29		火	茨木市シルバー人材センター来所	14:00 ~ 16:00	センター会議室	
3		土	ボランティア清掃	9:50 ~ 11:00	弁天池公園	
5		月	シルバー便利やDay	9:00 ~ 15:00	センター・市役所	
5		月	よろず相談日	9:30 ~ 12:00	センター会議室	
5		月	出張サロン	13:00 ~ 14:00	センター大会議室	
9		金	入会説明会	10:00 ~ 12:00	センター会議室	
11		日	朝市『門真もん』	10:00 ~ 13:00	市民プラザ	
14		水	女性部役員会議	10:00 ~ 12:00	センター小会議室	
15		木	三役部会長会議	10:00 ~ 12:00	センター会議室	
17		土	ボランティア清掃	9:50 ~ 11:00	願得寺・三ツ島神社・堤根神社	
18		日	適正就業特別研修会	10:00 or 11:00	センター大会議室	要

11月・12月の主な予定



何歳まで働くべきか
の答えがここにある



健康長寿教室
テキスト

【編修後記】
最近の老年医学では、「フレイル」や「サルコペニア」という言葉をよく聞きます。「フレイル」とは、要介護の前段階の体が弱った「虚弱」の状態。「サルコペニア」とは、加齢に伴う全身性に進行する筋力・身体機能の低下です。

今まで「歳のせい」と考えていた身体の変化の多くは、生活習慣に少し気を付ければ、改善し、健康寿命を延ばすことが可能だそう

です。

大切なことは、「活動的な生活習慣の確立とそのリズムを崩さないこと」だそうです。

「健康長寿教室テキスト」より

予告版

～ 門真市シルバー人材センター 会員親睦旅行 ～
有馬温泉 兵衛向陽閣と酒蔵見学の旅

田崎真珠(株式会社 TASAKI)の協力により割安な旅行代金を実現!

日本三古湯、日本三名泉の一つ情緒ある有馬温泉でゆったりお過ごしいただけます。お食事は兵衛向陽閣での本格会席をご用意しました。お食事後は鉄さびを溶かしたような独特の赤茶色をした金泉をお楽しみいただけます。お食事・ご入浴の後での温泉街での自由散策の時間もたっぷりと設けました。有馬温泉からの帰路には灘の酒蔵でのお買い物もお楽しみいただけます。今回は田崎真珠のご協力により割安な旅行代金を実現しました。主に女性の参加者を対象に TASAKI 神戸本店(田崎真珠)をご見学頂きます。この機会に是非奮ってご参加ください。

有馬温泉 兵衛向陽閣での本格会席料理と入浴をお楽しみいただけます!



兵衛向陽閣
お献立の一例 食前酒/先付/吸物/季節の前菜/お造り/焼物/変り鉢/お食事/香の物/留椀/果物 (季節により献立が変わります)

①TASAKI 神戸本店または②神戸空港を見学。灘の酒蔵でのお買い物!

《開催日時》平成28年2月26日(日曜)
《旅行代金》8900円
《申込開始》平成28年1月下旬ころ
《募集人員》先着90名

有馬温泉に向かう途中、①TASAKI 神戸本店(田崎真珠)または②神戸空港を見学頂きます。但し①TASAKI 神戸本店については会場の都合上、全ての参加者にご見学頂くことができません。女性の参加者を優先して①TASAKI 本店(田崎真珠)にご案内します。尚、見学場所を選択することはできませんのでご了承下さい。

《行程》
門真市役所(早朝) == ①TASAKI 神戸本店(田崎真珠)または②神戸空港見学(選択不可) =====
===== 有馬温泉 兵衛向陽閣での昼食とご入浴・温泉街の自由散策 =====
===== 灘の酒蔵 酒心館でのお買い物 ===== 門真市役所(夕方)

参加申込方法・諸条件については今後この事務局通信を通じお伝えします。

MENUメニュー 当店のメニューは、健康を主とし、すべてテイクアウトをの断りしております

Morning モーニングセット 【午前11時まで】
【コーヒー又は紅茶にトースト・タマゴ・サラダ付】 **¥350**

Drink ドリンク

- コーヒー (HOT/ICE) **¥250**
- カフェオレ (HOT/ICE) **¥300**
- ウィナーコーヒー **¥350**
- 紅茶レモン・ミルク (HOT/ICE) **¥250**
- ココア (HOT/ICE) **¥350**
- コーラ **¥200**
- ミルク (HOT/ICE) **¥200**
- メロンソーダ **¥200**
- クリームソーダ **¥350**
- オレンジジュース **¥200**
- アップルジュース **¥200**

Sweets スイーツ・トースト

- ホットケーキ **¥250**
- アイスクリーム **¥250**
- プリンアラモード **¥400**
- ヨーグルト **¥300**
- プレートトースト **¥100**
- トースト【チーズ・シナモン】 **¥200**

Food 軽食

- サンドイッチ (ミックス・ハム・タマゴ・ツナ) **¥400**
- ホテルカレー(サラダ付) **¥400**
- ピラフ (スープ付) **¥400**
- ナポリタン・スパゲティ **¥400**

軽食と同時注文や同一品のお替りの場合は、ドリンクの単価250円以下は100円・350円以下は、200円で提供します。

【すでに開催済み事業】
※清掃ボランティア

SILVER HUMAN RESOURCES CENTER
30th Anniversary
シルバー人材センター法制化30周年

10月は普及啓発活動が、たくさん開催されました。

が 高年齢者等雇用の安定等に関する法律に規定され、法制化されて30年。

各地域ブロックの活動報告

第1ブロック
第2回「ONE, S コミュニティフェスタ」の開催が決定しました。
平成29年2月19日(日)
(内容) 昨年同様、文化会館で舞台発表、シルバー人材センターでは模擬店・バザーを行います。

第2ブロック
10月29日(土) 8時から活動ですが、38名の方にご参加いただき、弁天池公園からライブまでの道路が、見違えるほど綺麗になりました。



～喫茶チエブクロー通信～

平成28年10月15日シルバー喫茶『チエブクロー』がオープンしました。私達16名のスタッフは、3回の研修・実習を経て、オープンの日を迎えました。初めての人、ずっと昔に接客をしていた人達も一緒に、「大丈夫かしら?」「失敗して、迷惑を掛けないかしら?」と不安とドキドキの緊張の中のスタートでした。たくさんの方に来て頂きながらも、不慣れなために行き届かない面も多々ありました。改めて御礼と御詫言を申し上げます。

失敗するたびに、反省し落ち込みますが、明るい店とお客様の優しさ暖かさ、スタッフ同士の笑顔に励まされて楽しく仕事をしています。『チエブクロー』では、来て下さるシルバー会員さんの相互の新しい出会いやコミュニケーションも生まれています。『チエブクロー』では、一般のお客様が心からくつろいで頂ける様な接客をしたいとスタッフ一同頑張っています。

営業日時) 7:00~16:00、不定休
営業場所) 門真市速見町2-22 (門真警察署の向かい)

～喫茶チエブクロー会員スタッフ大募集中～

喫茶店で、時に厳しく、時に和気あいあいと、一緒にお手伝いいただける会員の方を募集しています。
就業時間) 6:30~11:00、または11:00~16:30
就業曜日) 週1日から相談可。
配分金) 売上により就業時間に応じた出来高になります。
お問い合わせは担当: 湯川 06-6905-5911 までお待ちしております。

※キラッと市内清掃
※ラブリーフエスタ事前清掃
※市民プラザ草刈清掃等
※朝市門真もん シルバー Day
※「ロビーコンサート」
※古川橋ラブリーフエスタ
※いきいき健康ウォーク
※「秋の御所・鴨川散策」

ダンスやコーラス、手品などなど
是非披露しませんか?
前日準備や当日のお手伝いを、一緒にして下さるボランティアの方も引き続き募集しています。
申込・問合せは川口まで。
第2ブロック
10月28日(金) 9時から清掃活動ですが、天候不良の為中止となりました。
第3ブロック
10月9日(日) 市民プラザ清掃活動は、不安定な天候に関わらず25名のみならず参加、プラザの雑草が綺麗になりました。

『いきいき健康ウォーキング』に
『京都御所・鴨川散策』
に参加して

平成28年10月22日 土曜日、シルバー同好会が企画の市民参加イベント『いきいき健康ウォーキング』に参加しました。

一週間前の予報だと、60%以上の確立で雨の予想でしたが、晴れ男・晴れ女が多く、秋を感じるには最高の天気でした！

10時出発の10時45分には、御所に到着しすぐに昼食を取ったの休憩だったので、『えっ！』と思いましたが、当日京都では時代まつりが開催しており、センター職員さんに聞くと、時間調整と少し離れたところで昼食と休憩をとり、まつりの最中に観覧者が少ないときに御所に入ると聞き状況把握が出来ました。

休憩が終わり、御所に入場する際、警察によるカバンの中身の確認が徹底されて

いきました。後に知ったのですが、翌日に天皇陛下が御所に入られると聞き、そのためもあるのかなと思いました。ゆっくりと御所を観覧し、秋の鴨川を感じる事が出来たので、私は大変満足できました。(74才・Hさん男性)

『合唱を作りませんか？』

歌のうまい人はもちろん、苦手な人もみんなで一緒に歌うとお互いにカバーし合ったりまく歌えるようになりまよ。

また、色々な声が混ざってきれいな声になるんですね。

練習だけで終わらず、将来的には人前で発表できる合唱団と一緒に作りませんか？

沢山のご参加お待ちしております。

問合せ…(会員)
福井 繁夫 090-3945-0340

働く会員の 職場訪問

事業所 ライフ門真店

住所 門真市島頭 3丁目 4-1
発注者 株式会社 ライフコーポレーション
従事会員 昼間 7名 早朝 6名
作業内容 買い物カート及び買い物かごの回収整理



発注者より
ライフ門真店 店長
松井 康至氏

従事会員より
小川 宏長氏

シルバーさんには、大変お世話になっております。会員さんには、大変な仕事と思いますが、何でも前向きによくやっていただいております。

また、皆さんはお客様の対応も上手で、特に申し上げることはありません。皆さん高齢なので、事故や健康に注意して、いつまでも元気で勤務していただきたいと思っています。

私たちはシルバー会員7名でローテーションを組み、開店から閉店までを1日3人で、5時間単位で従事していますが、わきあいあいと楽しくやっています。仕事が終わったら、疲れはありますが、達成感があり、生きがいを感じます。お互いに無理をして、皆に迷惑を掛けないように、健康に注意合っています。作業の成果が認められることが幸せです。

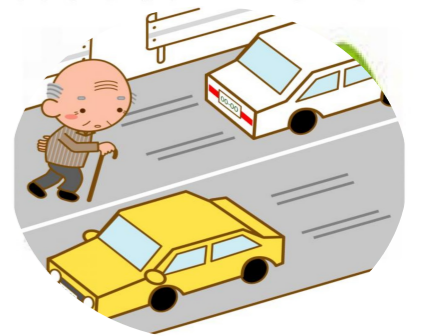
※この「働く会員の職場訪問」のページは、広報専門部会が、お届けします。

安全就業推進委員会からのお知らせ

自転車事故の話

自転車は自動車とは違うのだから自転車事故では刑事事件にも民事事件にもならない・・・

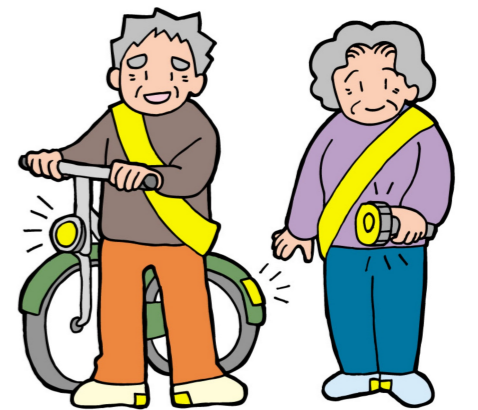
そう思っていないですか？道路交通法では自転車は軽車両と規定されています。自転車も法律上では立派な車両なのです。したがって自転車の事故は自動車と同じように傷害罪などの刑事事件や損害賠償などの民事事件になり処罰され被害者に対して損害賠償をしなければならないこともあるのです。



Q

それでは次の自転車走行は法律違反でしょうか？
それとも単なるマナー違反でしょうか？

- ① 自転車は道路の左右どちらのサイドを走行しても構わない。
- ② 通常は歩道を自転車で走行している。
- ③ 2台の自転車で横に並んで走行する。
- ④ ベルを鳴らしつつ歩行者をどかしながら走行する。
- ⑤ 携帯電話を使用しながらの走行
- ⑥ 夜間ライトを点灯せず走行する。
- ⑦ 飲酒後の自転車の運転



A

上記は全て道路交通法違反です。決してマナーの問題ではありません。

自転車への取り調べも徐々に厳しくなっています。自転車での事故が起こった際、上記の違反があると違反者側の過失割合が重くなります。

地域交流サロン『おとせ』

この度、認知症家族の介護に携わる男性の方を対象に座談会を開催します。地域第三包括の方と共同で、男性介護者の日と設定し、普段話せない事を男性介護者だけで集まり、お茶を飲みながら、お話しする座談会です。

認知症家族の会の方を講師としてお招きする予定です。

日時) 11月25日(金曜日)
14:00~16:00

場所) 門真市常盤町12-5

地域交流サロン

(P8地図参照)

参加料は無料です。

介護に関心のある方なら、男性の方の参加も大歓迎です。ご近所であれば、参加して下さい。是非お声掛けしてみたいですね。



センターで仕事をする際の最低限の約束

【やむを得ずお仕事を辞退される場合のルール】

お客様(発注者)との契約期間中、会員の都合でお仕事を辞退される場合、事務局は代替会員を確保しなければなりません。やむを得ずお仕事を辞退される場合には必ず最終就業日の1ヶ月前までに事務局へご連絡ください。お客様から信頼されるセンターであるため会員の皆様のご協力をお願い致します。

【職員との相談・電話での問い合わせについて】

職員との打ち合わせには極力お約束を取って頂くようになります。職員は常に事務所内には限りません。また月初及び月曜日の事務局は大変混雑します。急ぎの要件でない限り、月の中旬及び下旬の火～金曜日にお越しただければ比較的待ち時間も少なくご相談いただけます。

【事務局にお電話をされる際のお願い】

事務局からお電話をする際、留守番電話機能がある場合は極力メッセージを残すよう努めています。折り返し事務局にご電話を頂く場合、メッセージを残した担当職員をご確認の上ご電話いただくようご協力お願いします。また事務局には会員のみならずお客様(発注者様)からも多くのお電話を戴きます。お電話を頂く際は『会員番号〇〇(または居住の町名、就業先名等)、会員の〇×△(会員氏名)です。』のように冒頭にセンター会員であることをお伝えください。

【履行確認書・勤務実績表の提出について】

履行確認書・勤務実績表はお仕事が完了次第、速やかに(2営業日以内)事務局まで提出願います。会員の提出の遅れはお客様(発注者様)への請求書の発行遅れにつながります。お客様から信頼される事務処理を行うためにもご協力をお願いいたします。尚、仕事がない月の場合でも書類には『就業なし』とご記入いただき事務局まで提出をお願いいたします。

【住所や電話番号の変更について】

会員の住所・電話番号を変更される際は、事務局までご連絡願います。正式に書類を提出いただいてから変更処理が完了します。履行確認書に記入していただいただけでは手続きは完了しませんので予めご了承願います。

【清掃作業における立て替え費用について】

アパート清掃作業等により清掃用具・材料を立て替え支払う場合はレシート(商品明細が記載されたもの)を履行確認書に添付してください。事務局では日々、大量の書類を処理しています。レシートが他の書類に紛れ紛失しないよう①レシートの裏面には会員氏名を記入し、②レシートが書類から脱落しないようしっかりとホッチキス止めしてください。尚、費用の立て替えは、必ずお客様(または事務局)の同意を得てから行ってください。※大工・植木剪定・公共関係での就業の場合は上記の限りではありません。事務局までお問い合わせください

【退会について】

残念ながらセンターを退会される場合、電話での受付は出来ません。お手数ですが事務局までご来局頂き退会届をご提出ください(その際、記入済退会届のコピーをお渡します)。退会手続きを行わない限り会員資格は4月1日に自動継続となり、自動的に会費納付義務が発生してしまいます。

お詫び

第29号門真市シルバー事務局通信(平成28年10月13日発行)P6『働く会員の職場訪問【第1回】』の記事内において、「発注者」欄に記載のある「門真市まちづくり推進課交通施策グループ」の表記に誤りがありました。正しくは「門真市まちづくり推進課交通政策グループ」でした。ご迷惑をおかけした関係者の皆様に慎んでお詫び申し上げます。

車で事務局へ入る会員の皆様へ、お願い

当センターには駐車場がありません。車でのご来団は控えていただくようお願いいたします。物品等の搬入出でやむを得ず車でセンターに来られる際は、駐車場所をセンター事務局へ事前に確認願います。センター建物西側及び市役所駐車場には駐車しない様、お願いいたします。また、市役所に用事の際、車を市役所駐車場に停められる場合は、必ず区画内

駐車していただくようお願いいたします。駐車される際は、僅かの時間だからと言つてATMのすぐそばやロータリー付近等、区画外に車をしない様お願いいたします。

駐車場担当者より
いよいよ
よ会員の
皆さんが
お得に使
えるシル



加盟店益々拡大中!

公益社団法人 門真市シルバー人材センター

シルバーフレンドリーショップ

センターは会員と地域の皆様との架け橋です

いつもご利用の商店をご紹介ください 協力店募集中!

- ✓ 協力店に登録すれば事務局通信でPRが可能です。
- ✓ お除様で会員は門真市内に1500名以上!
- ✓ 年会費は無料。会員向け特典で生客UP!





協力店の条件

- 業種
- 業種は門真市シルバー人材センターの会員を対象に特別(商品の引、景品等)をご提供します。(対象店舗で共通のサービスセンター会員は必ずお申し込みください)
- 協力店舗は当センター会員のみの来店(門真市シルバー事務局通信)にてお客様の目見が前提です。

登録対象

- 市内専売店
- 市内の食品

会員の皆様よりお声掛けご協力願います!

バーフレンドリーショップの第2弾を発表します。ご利用の方法は、簡単!。別紙の「シルバーフレンドリーショップ登録店一覧」第1弾、第2弾、次々に掲載のお店で、シルバー人材センターの会員証を提示し、サービス特典利用を申出て下さい。目印の加盟店シルは現在制作中です。

会員の皆様のお知り合いの、行きつけ、お勧めのお店を、ご紹介くださいね。

【適正就業特別研修会の開催】

今年度の適正就業推進委員会による特別研修会開催も、半分が終了しています。

この研修会は、安全就業・適正就業・コンプライアンス・ハラスメント・マナー等、超高齢社会における就業の諸問題や、シルバー人材センターの会員の皆さんが理解していただきたく、就業の質を高めるための重要な内容であり、全ての会員の皆様に年度中(平成28年4月～平成29年3月)に1回は、必ず受講していただくこととなっております。

適正就業推進委員会 委員長 森田 泰史

平成28年度 今後の適正就業特別研修会開催 予定表

		開催日		開催時間		受付開始		会場
平成 28年	12月	18日	(日)	10時	11時	11月	29日	(火)より センター 会議室
		20日	(火)	10時	11時			
		21日	(水)	10時	11時			